

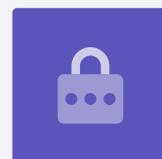
Introducción a Instagram

Aprenda para qué sirve la plataforma de redes sociales Instagram y cómo interactúan los usuarios.

¿Qué es Instagram?

Instagram es una plataforma de redes sociales en la que los usuarios pueden subir y compartir fotos y vídeos desde su dispositivo móvil. Puede acceder a Instagram descargando la aplicación en su dispositivo móvil.

Solo baje aplicaciones a su dispositivo móvil desde la App Store oficial para dispositivos Apple, o desde Google Play Store para dispositivos Android.



La app de Instagram

Hagamos un recorrido por las funciones más importantes, empezando por la **pantalla de inicio (Home)**. Muestra una página continua de fotos y vídeos publicados por otros usuarios de Instagram a los que usted sigue, los cuales puede visualizar desplazándose hacia arriba y hacia abajo en la página. También verá algunos anuncios.

En la parte superior de la pantalla de inicio (Home) hay tres iconos importantes:

- El **icono +** permite agregar una nueva foto o vídeo
- El icono en forma de **corazón** le permite ver notificaciones y revisar su actividad
- El icono en forma de **avión de papel** le permite enviar mensajes directos a otros usuarios de Instagram.



Instagram

Use Instagram en su teléfono o tablet para compartir fotos y vídeos

Introducción a Instagram

En la parte inferior de la pantalla de inicio (Home) hay iconos que le permiten acceder:

- A la **pantalla de inicio (Home)**
- A la función de **búsqueda (Search)**
- A los **reels** (vídeos cortos de otros usuarios de Instagram a los que sigue)
- A la **tienda (Shop)** (artículos para comprar en base a quién sigue y a su historial de búsqueda)
- A su **perfil (Profile)**.

Puede deslizar el dedo hacia la derecha desde la pantalla de inicio (Home) para acceder a la cámara de su dispositivo y crear **publicaciones (Posts)**, **reels** e **historias (Stories)**. Incluso puede transmitir un vídeo en directo para sus seguidores. Si desliza el dedo hacia la izquierda desde la pantalla de inicio (Home), podrá enviar **mensajes directos** a otros usuarios.

Cómo entender los seguidores

Instagram le permite seguir o vincularse a otros usuarios y ver las publicaciones de estos. Puede interactuar con las publicaciones de los siguientes modos:

- Dándole a **Me gusta (Like)**
- **Comentando** sobre las fotos o vídeos
- **Compartiendo** publicaciones con otras personas a las que siga.

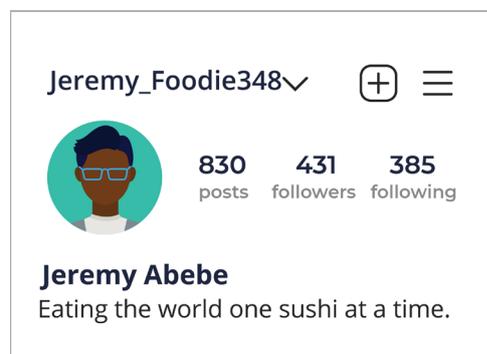
Seguidos (Following) son los usuarios a los que se ha vinculado, mientras que **Seguidores (Followers)** son los usuarios que se han vinculado a usted.

Su perfil

Pulse sobre el icono de **Perfil (Profile)** para ver las fotos y vídeos que ha publicado, el número de seguidores que tiene y el número de usuarios a quienes sigue.

Añada una foto o vídeo nuevos tocando el icono + y acceda a los ajustes de su cuenta pulsando en el **icono del Menú (Menu)**, que son las tres líneas horizontales.

Puede personalizar su perfil añadiendo una foto de perfil y creando una descripción de su **Biografía (Bio)**.



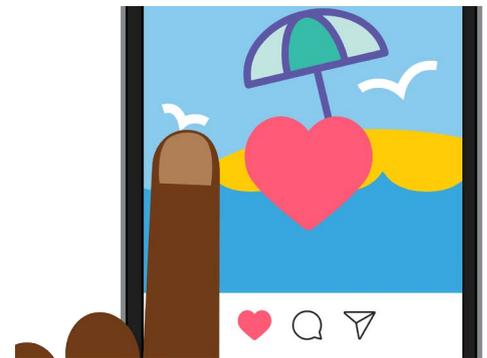
Su perfil muestra información sobre usted

Introducción a Instagram

Me gusta, comentar y compartir

Debajo de todas las fotos y vídeos de sus noticias (feed) hay tres pequeños iconos:

- **Me gusta (Like):** pulse dos veces sobre una foto o vídeo para indicar que le gusta
- **Comentar (Comment):** pulse para agregar un comentario usando el teclado de pantalla
- **Compartir (Share):** pulse para compartir la foto o vídeo con otro usuario de Instagram.



Pulse dos veces sobre una foto o vídeo para indicar a otros que le gusta

Historias de Instagram

Las **historias de Instagram (Instagram Stories)** son vídeos cortos o fotos que solo se muestran durante 24 horas. En la parte superior de la pantalla de inicio (Home) puede ver sugerencias de historias. Para visualizar una historia pulse sobre el icono.

Si pulsa sobre el **icono de Historia de Instagram (Instagram Story)** (en el extremo izquierdo de la pantalla de **inicio (Home)**) le permitirá grabar un vídeo corto, publicar fotos e incluso compartir las historias de otros usuarios en su feed de historias.

Recuerde, las historias de Instagram (Instagram Stories) solo se muestran durante 24 horas, y después desaparecen automáticamente.

La función de búsqueda

Puede usar la función de búsqueda (Search) para buscar usuarios y contenido en función de sus intereses. Toque el **icono de Búsqueda (Search)** para que se muestre una lista de géneros, o tipos, de contenido que podrá seleccionar pulsando sobre ellos. O escriba un término de búsqueda específico en la **barra de búsqueda (Search box)** situada en la parte superior de la pantalla.

Cómo buscar por hashtag

Los **hashtags (#)** identifican el contenido de Instagram por categoría o tema. Cuando suba fotos, puede agregarles hashtags. Por ejemplo, si publica una foto de un pastel, puede agregarle hashtags como: **#repostería (#baking) #comida (#food) #pastel (#cake)**.

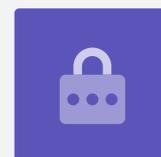
Los hashtags sirven para buscar contenido por tema. Por ejemplo, puede buscar el hashtag **#autosantiguos (#vintagecars)** para ver fotos de autos antiguos.

Introducción a Instagram

Cómo crear una cuenta de Instagram

Instagram es propiedad de Facebook, por tanto puede usar sus datos de acceso a su cuenta de Facebook para entrar. Si no tiene una cuenta de Facebook, puede usar la aplicación de Instagram para crear una cuenta gratuita de forma segura.

Solo baje aplicaciones del creador oficial de la aplicación. Es conveniente verificar quién creó la aplicación y su calificación de estrellas.



- 1. Bájese la aplicación.** Busque la aplicación oficial de Instagram en la tienda de apps de su dispositivo móvil y pulse sobre ella para instalarla.
- 2. Regístrese (Sign-up).** Una vez que se haya instalado la app de Instagram, pulse sobre el icono para abrirla. Aparecerá la pantalla de acceso (sign-in).

Si usa un iPhone o iPad de Apple, pulse sobre **Crear cuenta nueva (Create New Account)**.

Si usa un teléfono o tablet Android, pulse sobre el icono de **Registrarse (Sign-up) con correo electrónico (with email) o con número de teléfono (Phone Number)** para iniciar el proceso de registro.

- 3. Elija un nombre de usuario (username) y contraseña (password).** Siga los pasos para crear su nombre de usuario en Instagram. Es importante que sepa que el nombre de usuario es el nombre por el que se le identificará en Instagram. Por lo tanto, es una buena idea que no use su nombre completo ni su fecha de nacimiento.

Si el nombre de usuario que elija ya lo usa otra persona, Instagram le sugerirá una alternativa.

- 4. Agregue información de perfil.** A continuación, Instagram le pedirá cierta información sobre usted:
 - Un enlace a su sitio web (si lo tiene)
 - Un apodo
 - Una breve biografía (Bio) en una línea en la que describa algo interesante sobre usted.

Introducción a Instagram

Puede agregar una foto de perfil pulsando el **icono +** en la esquina superior izquierda de la pantalla. Seleccione una foto que tenga ya guardada en su dispositivo móvil o tome una nueva con la cámara.

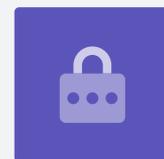
Si se ha registrado usando su cuenta de Facebook, se mostrará su foto de perfil de Facebook. Puede cambiar la foto pulsando sobre **Editar perfil (Edit Profile)**.

5. Elija personas a quienes seguir. Instagram le sugerirá otros usuarios de Instagram a quienes puede seguir en función de:

- Su **lista de amigos (Friends)** de una cuenta de Facebook vinculada a la de Instagram
- La **lista de contactos (Contacts)** de su dispositivo móvil.

Si necesita ayuda para crear una cuenta de Instagram, o para usar Instagram en general, escriba <https://help.instagram.com/> en la barra de direcciones de su navegador web y le llevará al servicio de ayuda de Instagram (Instagram Help Centre).

Elija una contraseña que sea difícil de adivinar para otros usuarios, pero fácil de recordar para usted. Las contraseñas fuertes tienen una combinación de mayúsculas y minúsculas e incluyen uno o más números o símbolos.



Cómo controlar los ajustes de privacidad en Instagram

Cuando use Instagram, puede proteger su privacidad y sus datos personales. Sin embargo, tenga presente que como Facebook es el propietario de Instagram, Facebook tiene acceso a su información y es el propietario de los derechos sobre las fotos que usted publique en Instagram. Esto viene explicado en los términos y condiciones que debe aceptar cuando se registra en Instagram.

Veamos ahora algunos de los ajustes de privacidad en la app de Instagram:

- 1.** Desde su página de **Perfil (Profile)**, pulse sobre el icono de **Menú (Menu)** en la parte superior derecha de la pantalla. Son tres líneas horizontales.
- 2.** Pulse en **Ajustes (Settings)**.
- 3.** Pulse en **Privacidad (Privacy)**.

Verá varias opciones que le permiten controlar lo que ven otros usuarios en su cuenta de Instagram.

Introducción a Instagram

Cuentas privadas y públicas

La opción de cuenta **privada (Private)** está desactivada por defecto, lo que quiere decir que su cuenta es pública (Public) y todos los usuarios de Instagram pueden ver sus fotos y vídeos. Cuando se activa la opción de cuenta privada, solo los usuarios aprobados por usted pueden seguir y ver su cuenta de Instagram.

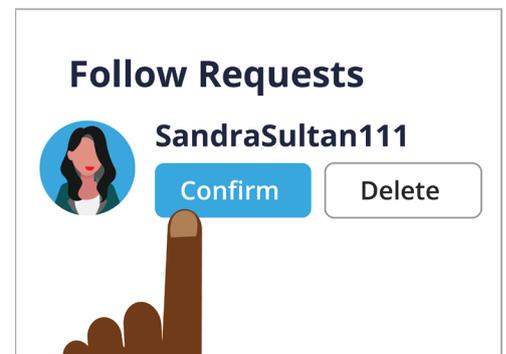
Pulse en el botón de activación para **activarla (On)**. Una ventana emergente le pedirá que lo confirme, y deberá pulsar **Cambiar a privado (Switch to Private)**.

Cómo aceptar y rechazar las solicitudes de seguimiento

Si su cuenta está configurada como **privada (Private)**, cada vez que alguien solicite seguirlo usted recibirá una notificación preguntando si desea aceptar o rechazar la solicitud.

Si su cuenta de Instagram está configurada como **pública (Public)**, cualquiera que quiera seguirlo lo puede hacer. Recibirá una notificación indicando que un nuevo usuario sigue ahora su cuenta.

Las cuentas públicas también le permiten impedir que otros usuarios sigan su cuenta. Puede elegir **Eliminar (Remove)** la cuenta de su **lista de seguidores (Followers)** o **Bloquear (Block)** a usuarios para que no puedan ver sus publicaciones en el futuro.



Puede controlar quién le sigue configurando su cuenta a privada (Private)

El grupo de mejores amigos

Los **mejores amigos (Close Friends)** son un grupo reducido e íntimo de sus seguidores, elegidos por usted. Puede compartir fotos o vídeos solo con este grupo, y otros seguidores no los verán. Es útil para compartir fotos familiares u otro contenido más personal.

Cómo controlar las interacciones con sus fotos y vídeos

Otros ajustes de privacidad le permiten controlar quién puede:

- Comentar sobre su contenido
- Etiquetarlo a usted en el contenido de ese usuario
- Mencionar su nombre de usuario de Instagram en las publicaciones de ese usuario.

Por ejemplo, puede cambiar los **ajustes de privacidad (Privacy Settings)** para permitir que solo los **seguidos por usted (People You Follow)** puedan comentar sobre sus fotos y vídeos.

Introducción a Instagram

Cómo crear un grupo de mejores amigos

A la opción de **Mejores amigos (Close Friends)** se accede desde su página de **perfil (Profile)** de Instagram:

1. Pulse sobre el icono de **Menú (Menu)** (tres líneas horizontales)
2. Pulse sobre **Mejores amigos (Close Friends)**
3. Desplácese por su lista de **seguidores (Followers)** y pulse sobre los usuarios que desee agregar a su grupo de **mejores amigos (Close Friends)**.

Cómo bloquear y denunciar a otros usuarios

Puede controlar el contenido al que se ve expuesto **bloqueando (Blocking)** la cuenta de otro usuario o **denunciando (Reporting)** su contenido o comportamiento a Instagram si es especialmente ofensivo.

Siga estos pasos para bloquear y denunciar otra cuenta de Instagram de forma segura:

1. Navegue hasta el perfil del usuario que desea bloquear o denunciar
2. Pulse el icono de **Menú (Menu)** situado en la esquina superior derecha
3. Pulse **Boquear (Block)** para bloquear contenido o comentarios procedentes de esa cuenta. Una vez que ha bloqueado otra cuenta de Instagram, ese usuario ya no podrá localizar ni buscar su cuenta.
4. Pulse sobre **Denunciar (Report)** para denunciar comportamiento abusivo u ofensivo a Instagram.

Cómo aprobar manualmente las etiquetas en fotos

Los usuarios de Instagram pueden **etiquetarlo (Tag)** en las publicaciones que ellos suban. Esto quiere decir que lo identifican a usted agregando su nombre de usuario de Instagram como parte de la publicación que han subido. Otros usuarios pueden entonces vincularse a su cuenta de Instagram desde ese contenido.

Puede controlar manualmente las publicaciones en las que es etiquetado desde su **página de perfil (Profile)** de Instagram:

1. Pulse el icono de **Menú (Menu)**, situado en la esquina superior derecha
2. Pulse en **Ajustes (Settings)**.
3. Pulse en **Privacidad (Privacy)**.
4. Pulse en **Etiquetas (Tags)**



Use una etiqueta para identificar personas en una publicación

Introducción a Instagram

5. Pulse en **Aprobar etiquetas manualmente (Manually Approve Tags)**
6. Pulse el botón de activación situado junto a **Aprobar etiquetas manualmente (Manually approve Tags)** para **activarlo (On)**.

En una pantalla emergente se explica cómo funciona la función de **aprobar etiquetas manualmente (Manually approve Tags)**.

Una vez que lo haya leído, pulse en **Activar (Turn On)**.

Cómo publicar una foto en Instagram

Ahora que su perfil está configurado y listo, es el momento de aprender a publicar su propio contenido.

Paso 1: Agregue una nueva foto

Desde la pantalla de **inicio (Home)**, pulse el símbolo **+** situado en la parte superior de la pantalla. A continuación verá una vista de cuadrícula de las fotos que ha tomado con su dispositivo móvil. Puede desplazarse por la cuadrícula para ver fotos menos recientes.

Para seleccionar una foto en un dispositivo Apple, pulse sobre ella y a continuación pulse **Siguiente (Next)** en la esquina superior derecha.

En un dispositivo Android, pulse sobre la flecha situada en la esquina superior derecha.

Si esta es la primera vez que crea una publicación en Instagram, se le pedirá que dé su permiso para que Instagram acceda al carrito de fotos de su dispositivo. Es un requisito para poder usar Instagram en su dispositivo.

Paso 2: Aplicación de filtros

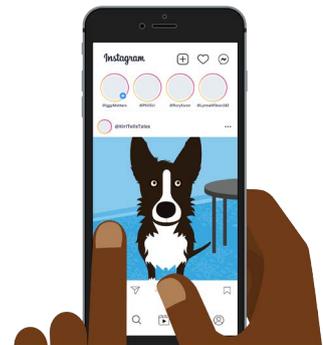
Instagram incluye filtros para sus fotos, que puede ser un modo divertido de personalizarlas. Las opciones de filtro aparecen debajo de la foto y puede navegar por ellas deslizando el dedo hacia la izquierda. Una vez que haya encontrado el filtro que desea usar, pulse sobre él.

Si no desea aplicar un filtro a su foto, seleccione **Normal** en la lista.

Paso 3: Edite sus fotos

La opción **Editar (Edit)** le permite ajustar la foto recortándola y enderezándola, añadiendo luces, ajustando la sombra, enfocando la imagen y mucho más.

Experimente con los filtros y las funciones de edición para encontrar las opciones que más le gusten.



Instagram le permite publicar imágenes guardadas en su dispositivo móvil

Introducción a Instagram

Para terminar de editar y de aplicar los filtros en un dispositivo Apple, pulse en **Siguiente (Next)**.

En un dispositivo Android, pulse sobre la flecha situada en la parte superior derecha de la pantalla.

Los cambios que haga en una foto que suba a Instagram no se aplicarán a la foto original guardada en su dispositivo móvil. Es decir, puede jugar con los filtros y editar la foto sin preocuparse de perder su foto original.

Paso 4: Añada un pie de foto y un hashtag

Para agregar un pie de foto, pulse en el campo **Escribir un pie de foto... (Write a caption...)**, situado en la parte superior de la pantalla. Aparecerá el teclado de pantalla y ya puede añadir un texto que describa la foto.

Agregue un hashtag a su pie de foto para identificar el contenido que sube por categoría o tema y para que a los otros usuarios les sea más fácil encontrarlo. La aplicación de Instagram trata cualquier palabra precedida de un símbolo # como un hashtag.

Agregue una ubicación a su foto seleccionando de entre las opciones de ubicación sugeridas o pulsando en **Agregar ubicación (Add location)** y a continuación escriba la ubicación donde fue tomada la foto.

New Post



Happy birthday 🥳
to my favourite dog!
#dog #kelpie #party

Cafe bones, Leichhardt

Si añade hashtags su publicación es más fácil de encontrar

Paso 5: Etiquete a otros usuarios de Instagram

Puede añadir los nombres de otros usuarios que aparecen en sus fotos. A esto se le llama **etiquetar (Tagging)**. Para etiquetar a alguien:

- Pulse en **Etiquetar personas (Tag People)**
- Pulse en alguna parte de la foto, como el rostro
- Escriba un nombre de usuario de Instagram
- Desplace la etiqueta por la foto para representar mejor a quién corresponde.

También puede etiquetar personas en el pie de foto.

- Pulse en el pie de foto. Aparece el teclado de pantalla
- Escriba el símbolo @ **seguido** de un nombre de usuario de Instagram
- Asegúrese de que no hay ningún espacio entre el símbolo @ y el nombre de usuario.

Puede usar otras opciones de compartir para publicar su foto, el pie de foto y la ubicación de la misma en sus cuentas de Facebook, Twitter o Tumblr, si ya ha vinculado estas a su cuenta de Instagram.

Puede pulsar en **Ajustes avanzados (Advanced settings)** para desactivar los comentarios en las fotos que publique. Con ello impedirá que otros usuarios escriban comentarios debajo de esa foto.

Introducción a Instagram

Paso 6: Comparta su foto con sus seguidores

Para compartir su foto, pulse en **Compartir (Share)** en la esquina superior derecha de la pantalla si usa un dispositivo Apple. En un dispositivo Android, pulse el **tic** situado en la parte superior derecha.

Si su cuenta de Instagram no está configurada como privada, todos los usuarios podrán ver su foto, si es que conocen su nombre de usuario.

Si ha configurado su cuenta como privada, solo sus **seguidores** podrán ver la foto.

Cómo publicar una historia en Instagram

Una **historia de Instagram (Instagram Story)** es un vídeo corto o foto que sube a su feed y permanece visible solo durante 24 horas. Muchos usuarios publican historias para destacar lo que están haciendo en ese momento, pero desde luego se puede publicar lo que uno quiera.

Paso 1: Añada una nueva historia

En la pantalla de **inicio (Home)** puede ver **historias de Instagram (Instagram Stories)** de otros usuarios. Para ver la historia de alguien a quien sigue, solo tiene que pulsar sobre el círculo con el nombre de usuario debajo.

Para añadir una historia suya, pulse sobre el círculo que dice **Su historia (Your story)**.



Una historia de Instagram (Instagram Story) solo es visible para otros usuarios durante 24 horas

Paso 2: Tome una nueva foto o vídeo

Las historias de Instagram le permiten publicar fotos o un vídeo de 60 segundos directamente desde la cámara de su dispositivo móvil.

Cuando se añade una nueva historia, la pantalla muestra una vista en vivo de lo que se ve a través de la cámara.

- Para tomar una nueva foto, pulse en el círculo situado en el centro de la pantalla.
- Para filmar un vídeo, mantenga pulsado el círculo situado en el centro de la pantalla.

Verá una línea fina que se mueve alrededor del círculo cuando lo mantiene pulsado. La línea le muestra el tiempo que le queda de filmar. Un vídeo de Instagram puede tener una duración de hasta 60 segundos.

Introducción a Instagram

Paso 3: Revise su foto o vídeo

La pantalla muestra la foto o vídeo que acaba de tomar. Si no está contento con ella, pulse el símbolo **x** para borrarla y vuelva a intentarlo.

Paso 4: Personalice su foto o vídeo

Puede personalizar las historias de Instagram (Instagram Stories) añadiendo texto, emojis y pegatinas. Estas funciones opcionales pueden ser un modo de añadir diversión a su historia de Instagram.

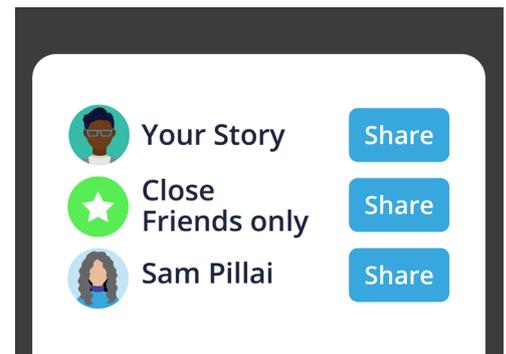
- Las **pegatinas (Stickers)** le permiten añadir una ubicación, mencionar a otros usuarios o incluir un hashtag
- Los **hashtags** categorizan su contenido y facilitan que otros usuarios puedan localizar y ver sus publicaciones.

Paso 5: Publique su historia de Instagram

Ya está listo para publicar su historia y que la vean sus seguidores. Hay tres opciones a la hora de publicar:

- **Su historia (Your Story)** le permite publicar su historia para que todo el mundo la vea durante 24 horas
- **Mejores amigos (Close Friends)** le permite publicar su historia de modo que solo la puedan ver sus mejores amigos, seleccionados por usted
- **Enviar a (Send to)** le permite enviar su historia a uno o más usuarios que usted elija.

Pulse en la opción que desee y se publicará su historia.



Hay varios modos diferentes de compartir una historia de Instagram

Paso 6: Vea quién ha visto su historia

Después de publicar una historia, puede ver quién la ha visto. Desde la pantalla de **inicio (Home)**, pulse en el círculo que dice **Su historia (Your story)** y a continuación mire en la esquina inferior izquierda de la pantalla.

Para añadir otra historia, mantenga pulsado el icono de **Su historia (Your story)** desde la pantalla de inicio (Home) y a continuación pulse sobre **Agregar a su historia (Add to your story)**.