



el celular me escucha

Configura tu celular para que los anuncios sepan menos de ti

Paso a paso en Android y iPhone, con lo que dicen los estudios, los errores comunes de cada paso y las fuentes oficiales.

Versión interactiva: typersagency.com/blog/el-celular-me-escucha

¿El celular te escucha? No hay pruebas. Te delata tu estela.

Las apps graban lo que hablo	MITO
Una app manda capturas de mi pantalla	Realidad
Sin ID de publicidad no hay anuncios	MITO
Una luz avisa si usan el micrófono	Realidad

¿MITO O REALIDAD? · SEGÚN LOS ESTUDIOS

- En 2018, investigadores de Northeastern University analizaron 17.260 apps de Android: ninguna activó el micrófono para mandar audio. Sí encontraron apps que enviaban capturas y videos de la pantalla a terceros.
- Los propios investigadores no dicen que sea imposible: dicen que no lo vieron. Por eso aquí decimos «no hay pruebas».
- Lo que sí sabe un anuncio: lo que buscas, tu ubicación, las páginas y videos que ves y las apps que usas. A eso lo llamamos tu estela.
- Y tu memoria ayuda: los anuncios que no aciertan ni los notas; el que acierta se te queda. Se llama ilusión de frecuencia.

Los nombres de los menús cambian según la marca y la versión del celular. Si no encuentras una opción, usa el buscador de Ajustes y escribe la palabra clave del paso (por ejemplo, «Micrófono» o «Anuncios»).

01

Revisa qué apps tienen el micrófono



- Déjale el micrófono solo a lo que lo usa para algo que tú pides: llamadas, notas de voz, videollamadas o dictado.

ANDROID

- Abre Configuración > Seguridad y privacidad > Privacidad > Administrador de permisos > Micrófono.
- Toca cada app y elige «Permitir solo con la app en uso», «Preguntar siempre» o «No permitir».
- También puedes hacerlo por app: Configuración > Apps > (la app) > Permisos > Micrófono.

IPHONE

- Abre Ajustes > Privacidad y seguridad > Micrófono: ahí ves qué apps pidieron el micrófono.
- Apaga el interruptor de las apps que no necesitan escucharte.

Ojo: En celulares de Google (Pixel) estos pasos aplican desde Android 11. En otras marcas los nombres cambian: busca «Micrófono» en Configuración.

ERROR COMÚN

Quitarle el micrófono a todo y después no entender por qué no funcionan las notas de voz.

02

Aprende a leer la luz del micrófono



ANDROID

- Desde Android 12, cuando una app usa el micrófono o la cámara aparece un ícono verde arriba a la derecha, que después queda como un punto.
- Toca ese indicador para ver qué app lo usó.
- Para apagar el micrófono de todo el celular: Configuración › Seguridad y privacidad › Privacidad › Controles de privacidad › Acceso al micrófono.

IPHONE

- Desde iOS 14, un punto naranja arriba en la pantalla significa que una app está usando el micrófono.
- Un punto verde significa que una app usa la cámara (o la cámara y el micrófono).
- Si tienes activado «Diferenciar sin color», el punto naranja se ve como un cuadrado.

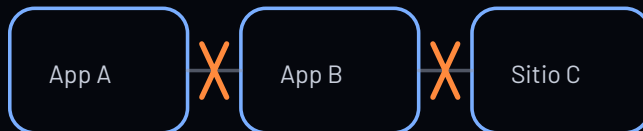
Ojo: Ver la luz durante una llamada, una nota de voz o una videollamada es normal: es justo para eso.

ERROR COMÚN

Asustarse con la luz en una llamada y no mirarla nunca cuando no estás hablando con nadie.

03

Que las apps no te sigan entre apps



Sin rastreo

Lo que haces en una app
no se une con las demás.

ANDROID

- Abre Configuración › Privacidad › Anuncios y toca «Borrar ID de publicidad».
- Si borras el ID no se asigna uno nuevo. Si solo lo restableces, se crea uno nuevo y las apps empiezan de cero contigo.
- Si no ves esa ruta, busca «Anuncios» en el buscador de Configuración.

IPHONE

- Abre Ajustes › Privacidad y seguridad › Rastreo y desactiva «Permitir solicitar rastreo» (desde iOS 14.5).
- Así, cada app que quiera rastrearte se trata como si hubieras dicho «Solicitar a la app no rastrear».
- Para los anuncios de Apple (App Store, Apple News y Bolsa): Ajustes › Privacidad y seguridad › Publicidad de Apple y desactiva «Anuncios personalizados».

Ojo: Rastrear es unir lo que haces en una app con lo que haces en otras apps y sitios para mostrarte anuncios o medirlos.

ERROR COMÚN

Creer que así desaparecen los anuncios: siguen saliendo, solo que menos hechos a tu medida.

04

Ubicación: solo cuando la estás usando



- Deja «Siempre» solo para lo que de verdad lo necesita, como encontrar tu celular perdido.

ANDROID

- Abre Configuración › Seguridad y privacidad › Privacidad › Administrador de permisos › Ubicación (o Configuración › Apps › la app › Permisos › Ubicación).
- Elige «Permitir solo con la app en uso» para casi todo, y «No permitir» para lo que no la necesita.
- Desde Android 12 puedes quitarle la ubicación precisa a cada app: le basta con la aproximada.

IPHONE

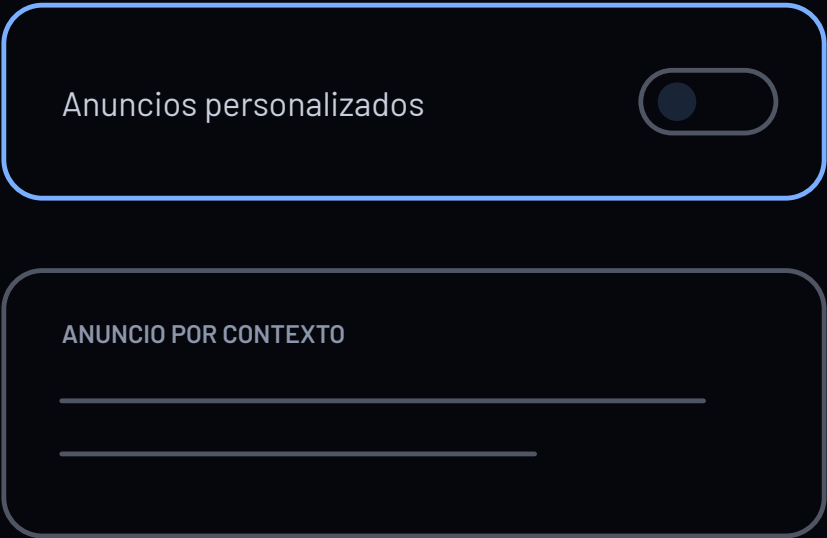
- Abre Ajustes › Privacidad y seguridad › Localización y toca cada app.
- Elige «Nunca», «Preguntar la próxima vez o al compartirla», «Al usar la app» o «Siempre».
- Apaga «Ubicación exacta» en las apps que no necesitan saber exactamente dónde estás.

ERROR COMÚN

Dejar «Siempre» a apps de compras, juegos o redes.

05

Anuncios personalizados en Google



- Entra a myadcenter.google.com con tu cuenta de Google.
- Junto a «Anuncios personalizados», selecciona «Desactivar» y confirma.
- Los anuncios siguen apareciendo, pero por contexto: la hora, el tema de la página, tu ubicación aproximada, el video que acabas de ver o lo que estás buscando en ese momento.
- Al desactivarlo se borran tus preferencias de temas y marcas de Mi centro de anuncios.

Ojo: Si tienes varias cuentas de Google (la personal, la del trabajo), hazlo en cada una.

ERROR COMÚN

Hacerlo en una cuenta y olvidar la que tiene abierta el celular.

06

Anuncios en Facebook e Instagram

Configuración

Cuenta de Meta

Tu información y permisos

Actividad de otros negocios

- En Facebook, toca tu foto de perfil y entra a Configuración y privacidad › Configuración › Cuenta de Meta › Tu información y permisos › Actividad de otros negocios.
- Elige si Meta puede mostrarte anuncios según lo que haces con otros negocios (sus páginas, apps y tiendas).
- Meta avisa que este ajuste todavía no le aparece a todo el mundo. Si no lo ves, actualiza la app o entra desde el navegador a accountscenter.facebook.com.

Ojo: Meta dice que no usa el micrófono del celular para mostrarte anuncios.

ERROR COMÚN

Buscarlo en la configuración de cada publicación: está en tu cuenta, no en los posts.

07

Repásalo una vez al mes



————— TU ESTELA, MÁS CORTA

- Las apps nuevas vuelven a pedir permisos: cuando instales algo, mira qué te pide y por qué.
- Una actualización del sistema puede cambiar los nombres de los menús. Usa el buscador de Ajustes.
- Lo que no cambia: vas a seguir viendo anuncios. La idea es que tu estela sea más corta y que los anuncios sepan menos de ti, no que desaparezcan.

ERROR COMÚN

Hacerlo todo una vez y no volver a mirar.

PARA SABER MÁS

Lo que dicen los estudios y los casos

El estudio. En 2018, Elleen Pan y otros investigadores de Northeastern University publicaron «Panoptispy»: analizaron 17.260 apps de Android y no encontraron ninguna que activara el micrófono para mandar audio a escondidas. Sí encontraron apps y bibliotecas que enviaban capturas y videos de la pantalla a terceros sin avisar.

La agencia que decía «escuchar». En 2024 se filtró una presentación de una agencia de medios de Estados Unidos (Cox Media Group) que vendía «escucha activa» para anuncios. Google la sacó de su programa de socios y Meta dijo que no usa el micrófono del teléfono para anuncios. No hay pruebas de que ese sistema funcionara como lo prometían.

Los asistentes de voz. Los asistentes sí han grabado por error cuando creían oír su palabra de activación. Apple pagó 95 millones de dólares para cerrar la demanda de Siri (aprobada en 2025) y Google propuso un acuerdo de 68 millones de dólares por su Asistente (enero de 2026). Las dos empresas cerraron los casos sin admitir culpa.

Tu memoria. Lo que acabas de notar parece salir en todas partes. El lingüista Arnold Zwicky lo llamó en 2005 «ilusión de frecuencia», y hoy está en el diccionario de Oxford.

PARA SABER MÁS

Si tienes un negocio: así se segmenta de verdad

Nadie necesita escucharte para mostrar un anuncio. Las plataformas segmentan con lo que la persona busca (palabras clave), dónde está, sus intereses, las páginas que visita y, con su consentimiento, las listas de clientes y el remarketing (volver a mostrarle anuncios a quien ya visitó tu página).

Por eso la mejor campaña no es la que «adivina», sino la que llega a quien ya está buscando lo que vendes.

GLOSARIO

Las palabras que vas a ver

Permiso: La autorización que le das a una app para usar algo de tu celular: micrófono, cámara, ubicación.

Indicador de privacidad: La luz o el punto que aparece arriba en la pantalla cuando una app usa el micrófono o la cámara.

Rastreo: Unir lo que haces en una app con lo que haces en otras apps y sitios para mostrarte anuncios o medirlos.

ID de publicidad: Un código de tu celular (Android) que las apps usan para reconocerte con fines de publicidad.

Anuncios personalizados: Anuncios elegidos según tus datos e intereses guardados.

Anuncios contextuales: Anuncios elegidos según lo que ves o buscas en ese momento, sin tu historial.

Remarketing: Volver a mostrarle anuncios a quien ya visitó una página o una app.

Ilusión de frecuencia: Cuando algo que acabas de notar parece aparecer en todas partes.

LO QUE ESTA GUÍA NO PROMETE

Lo que esta guía no promete

- Que dejes de ver anuncios: vas a seguir viéndolos, solo que sabrán menos de ti.
- Que los menús se llamen igual en todos los celulares: cambian según la marca y la versión.
- Que sea imposible que te escuchen: decimos lo que muestran los estudios, «no hay pruebas».
- Esta guía resume las ayudas oficiales de Apple, Google y Meta a octubre de 2026.

De dónde sale cada dato

Apple · Indicadores naranja y verde del iPhone: <https://support.apple.com/es-lamr/108331>

Apple · Si una app pide rastrear tu actividad: <https://support.apple.com/es-lamr/102420>

Apple · Localización en el iPhone: <https://support.apple.com/es-lamr/102647>

Apple · Anuncios personalizados de Apple: <https://support.apple.com/es-lamr/105131>

Google · Cambiar los permisos de las apps en Android: <https://support.google.com/android/answer/9431959?hl=es-419>

Google · Configuración de ubicación en Android: <https://support.google.com/android/answer/3467281?hl=es-419>

Android · Indicadores de privacidad (documentación oficial): <https://source.android.com/docs/core/permissions/privacy-indicators>

Google · Publicidad y el ID de publicidad: <https://policies.google.com/technologies/ads?hl=es-419>

Google · Activar o desactivar los anuncios personalizados: <https://support.google.com/My-Ad-Center-Help/answer/12155656?hl=es-419>

Meta · Actividad de otros negocios: <https://www.facebook.com/help/568137493302217>

Pan et al. · Panoptispy (PoPETs 2018): <https://www.doi.org/10.1515/POPETS-2018-0030>

Northeastern University · ¿Tu celular te espía? (2018): <https://news.northeastern.edu/2018/07/06/is-your-smartphone-spying-on-you/>

404 Media · La presentación de «Active Listening» (2024): <https://www.404media.co/email/bc96abac-fe90-4324-86fd-12fb9347a7d8/>

Bloomberg Law · Aprobación del acuerdo de Siri (2025): <https://news.bloomberglaw.com/litigation/apples-95-million-deal-over-siri-recordings-gets-final-nod>

Reuters vía Business Insurance · Acuerdo del Asistente de Google (2026): <https://www.businessinsurance.com/google-settles-google-assistant-privacy-lawsuit-for-68-million/>

Language Log · «Frequency illusion» en el diccionario de Oxford: <https://languagelog.ldc.upenn.edu/nll/?p=42180>

¿TIENES UN NEGOCIO?

Que tus anuncios lleguen a quien ya
está buscando lo que vendes, sin
adivinar.

DIAGNÓSTICO SIN COSTO · [TYPERSAGENCY.COM/BRIEF](https://typersagency.com/brief)

Más guías en typersagency.com/blog. Síguenos como Info-Typers para aprender más.