

Meta ou TikTok ?

600 000 campagnes analysées.
Le verdict n'est pas celui qu'on croit.





91%

**des marques ne font de la pub
que sur Meta.**

Seulement 5 % misent uniquement sur TikTok.

-22%

Le CPM est 22 % moins cher sur TikTok.

Pour la notoriété, TikTok en donne plus pour chaque dollar.



+147 %

Le clic coûte 147 % plus cher sur Meta.

À budget égal, TikTok génère 2,5 fois plus de clics.



10,8

**interactions par dollar sur Meta,
contre 8,2 sur TikTok.**

Sur l'engagement, Meta reprend la main.



5,48 → 4,57

Le ROAS de Meta recule en un an.

Les plus gros budgets tombent même à 3,97.
Dépenser plus ne suffit plus.

Pas « quelle
plateforme ».
Plutôt « à quelle
étape ».

Se faire connaître

TikTok

Attirer du trafic

TikTok

Faire réagir

Meta

Vendre

Meta, à surveiller

Derrière chaque chiffre, **il y a des créas.**

- 1** Une créa native par plateforme. Une pub Meta recadrée ne fait pas un TikTok.
- 2** Plus de budget, plus de créas. Sinon elles s'usent.
- 3** Une créa par étape, de la découverte à l'achat.

Ni Meta ni TikTok ne gagnent partout.

La plateforme compte moins que la créa.

Vous ne diffusez que sur Meta ? On regarde ensemble si TikTok vaut le test.

SOURCES

Metricool, Étude Social Ads 2026 (plus de 600 000 campagnes Meta et TikTok, septembre 2026) · Les Gens d'Internet. Article complet sur addframe.fr/blog