

Consejos para Proteger tu Información Personal y Laboral



1 Crea Contraseñas Fuertes y Únicas

Usa al menos 12 caracteres que incluyan letras mayúsculas, minúsculas, números y símbolos. Evita usar datos personales como nombres, fechas o palabras comunes. Cambia tus contraseñas cada 3-6 meses y no las reutilices en diferentes cuentas.

2 No Compartas tus Credenciales

Nunca compartas tus contraseñas, códigos o accesos con nadie. Usa gestores de contraseñas para almacenar y generar contraseñas seguras.

3 Habilita la Autenticación en Dos Factores (2FA)

Activa esta función en cuentas importantes, como WhatsApp, correos, plataformas laborales y bancos. Este método añade una capa extra de seguridad mediante un código único enviado a tu dispositivo.

4 Mantén tu Dispositivo Bloqueado

Configura contraseñas o patrones para bloquear el acceso a tu equipo. Activa el bloqueo automático tras un periodo corto de inactividad.

5 Sé Cauteloso con los Correos y Enlaces

Desconfía de correos o mensajes de remitentes desconocidos que soliciten información personal. Verifica la autenticidad de los enlaces antes de hacer clic.

6 Respalda Regularmente tu Información

Realiza copias de seguridad de tus datos en dispositivos externos o en la nube. Esto asegura la recuperación de tu información en caso de pérdida o ataque cibernético.

7 Actualiza tu Software y Antivirus

Mantén actualizado tu sistema operativo, aplicaciones y antivirus para protegerte de vulnerabilidades. Activa las actualizaciones automáticas en todos tus dispositivos.

8 Conéctate a Redes Seguras

Evita el uso de redes Wi-Fi públicas para tareas sensibles. Si debes usarlas, habilita una VPN.

¡Protege lo que importa!

Seguir estas estrategias simples reduce los riesgos de robo de información y asegura la confidencialidad de tus datos personales y laborales. ¡Haz de la ciberseguridad un hábito diario!