



STOP | THINK | CONNECT™

# LIMPIEZA DIGITAL COMPLETA EN 1 MES

## SEMANA 1: MANTENGA SUS DISPOSITIVOS LIMPIOS

PARA EMPEZAR ASEGÚRESE QUE SUS DISPOSITIVOS CONECTADOS A LA RED ESTÁN IMPOLUTOS

- Actualice cada programa en todos aquellos dispositivos que se conecten a internet para reducir riesgos de virus y malware.
- Dele nueva vida a su móvil quitando apps que no use, actualizando las que usa, y revisando sus permisos.

## SEMANA 2: CONFIRME SU SEGURIDAD

LA MEJORA DE LOS ACCESOS A INTERNET ES UNA MANERA RÁPIDA, IMPORTANTE Y SIMPLE DE ESTAR EN LÍNEA

- Active la autenticación bifactorial en todas sus cuentas clave como su banca en línea, el correo electrónico y las redes sociales.
- Blinde su enrutador (router) asegurándose de que tiene una contraseña fuerte y que no publica su ubicación con nombres como "Avda. la Republica #2".
- Use mejores contraseñas escribiendo frases reales que contengan mayúsculas, minúsculas, números y símbolos.
- Use contraseñas distintas en todas sus cuentas clave como el correo electrónico, sus finanzas y sus seguros.
- Escriba todas sus contraseñas a mano y guárdelas en un sitio alejado de su computadora.
- Mantenga todos sus dispositivos protegidos con autenticación para su uso con contraseña, clave o huella digital.

## SEMANA 3: PURGA Y PROTECCIÓN DE ARCHIVOS DIGITALES

CUIDE SUS ARCHIVOS DIGITALES DEL MISMO MODO QUE CUIDA LOS ACTUALES. BORRE LOS DISPOSITIVOS QUE CONTIENEN DATOS SENSITIVOS CON CUIDADO (LOS DISCOS DUROS, CD, Y TARJETAS DE MEMORIA) ROMPIENDO LOS DISPOSITIVOS EN TROZOS CUANDO LOS VAYA A RECICLAR

- Limpie su cuenta de correo electrónico, y vacíe los archivos viejos. Si tiene que guardar mensajes antiguos, archívelos.
- Borre o archive datos y estados de cuenta pasados.
- Bórrese de boletines periódicos, alertas y actualizaciones de cosas que no lee.
- Actualice su archivo de fotos en línea borrando aquellas que no son usables y guardando las buenas en un archivo de respaldo (backup).
- Actualice sus listas de conocidos en línea revisando quiénes son sus amigos en las redes sociales y listas de contactos para así asegurarse de que están todos los que son, y son todos los que están.
- Copie datos importantes a una nube o dispositivo de memoria separado para mantenerlos más seguros.
- Proteja sus archivos de respaldo (backup) con contraseñas y mantenga esas contraseñas en un sitio separado.
- Borre de manera definitiva (no al cubo de basura) todos los archivos viejos.

---

STOPTHINKCONNECT.ORG



STOPTHINKCONNECT



STOP | THINK | CONNECT™

## SEMANA 4: LIMPIEZA DE REPUTACIÓN VIRTUAL (EN LINEA)

LOS ADULTOS Y JOVENES MÁS MAYORES DEBEN SER RESPONSABLES DE MANTENER SU REPUTACION LIMPIA

- Sea responsable de su presencia en línea; revise las opciones de seguridad y privacidad de las páginas que usa a menudo para asegurarse de que están de acuerdo con lo que usted desea compartir.
- Limpie su presencia virtual borrando fotos y comentarios antiguos que le incomoden o no representen su realidad de hoy en día.
- Actualice su “yo en línea” revisando su información personal en las redes sociales y actualizando lo que sea necesario.

*Traducido del idioma original por Terry Inskip para OAS FCU.*



---

STOPTHINKCONNECT.ORG



STOPTHINKCONNECT