

Crea contraseñas más seguras **ASÍ**

Un tip: Hazlas más largas, no complicadas



Un método simple en 3 pasos

1

Elige varias palabras que puedas recordar, pero que no sean datos obvios sobre ti. Piensa en conceptos que tengan sentido para ti y que no publiques en redes.

2

Agrega números con una regla personal poco evidente. Por ejemplo: combina el número de una página que recuerdes de un libro con los dorsales de dos jugadores que te gustan. Evita usar un solo dorsal famoso, tu cumpleaños, tu DNI o cualquier dato público.

3

Agrega un separador o símbolo que puedas repetir como regla personal: Guion, punto, numeral u otro que acepte el servicio.

❗ EJEMPLO

Si necesitas una clave con palabras:
Bosque + café + viaje

Capsula de ejemplo:

Bosque-Cafe-Viaje#

Si necesitas una clave numérica:
Pagina favorita (27) + dorsal A (4) + Dorsal B (1)

Capsula de ejemplo:

2741

❗ EVITA

- ✗ Nombre + año de nacimiento.
- ✗ Una sola referencia fácil de conocer, como "Messi10".
- ✗ Nombre de hijos, mascotas, DNI, placa, teléfono o datos visibles en tus redes.
- ✗ Secuencias tipo 123456, qwerty o variaciones mínimas de una clave anterior.



Una llave para cada **puerta**

Que una contraseña se filtre no debería abrir todas tus cuentas.



Haz este ejercicio



Si una llave se pierde, que no abra toda tu vida.

- 1 Escribe tus 5 cuentas más importantes: correo, Apple, Google, Redes Sociales, Finanzas y otra cuenta crítica para ti.
- 2 Pregúntate si alguna comparte contraseña con otra.
- 3 Si la respuesta es sí, empieza por cambiar la del correo.
- 4 Continúa con las demás y crea una contraseña distinta para cada una.





¿Crees que alguien descubrió una clave?

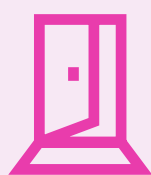
Actúa

Cambiar una sola copia no basta si reutilizaste esa contraseña en otros sitios.



Hazlo en este orden

- 1 Cambia inmediatamente la contraseña de la cuenta afectada.
- 2 Pregúntate: "¿Usaba esta misma contraseña en otro sitio?"
- 3 Si la respuesta es sí, cámbiala también en todas esas cuentas.
- 4 Cierra sesiones o dispositivos que no reconozcas.
- 5 Activa la verificación en dos pasos.
- 6 Revisa actividad reciente y datos de recuperación.



Cambiar una copia no sirve si la misma llave sigue abriendo otras puertas.

Una lista para ser **más seguro**

Empieza por tus 5 cuentas más importantes.



Para cada cuenta, marca

- ☐ ¿Mi contraseña es larga?
- ☐ ¿Es distinta a las demás?
- ☐ ¿Evita datos fáciles de adivinar?
- ☐ ¿Está guardada en un gestor?
- ☐ ¿Tiene verificación en dos pasos?



No necesitas arreglar 50 cuentas hoy. Empieza por cinco. Si una falla en alguno de los puntos, corrígela antes de pasar a la siguiente.



Cinco puertas bien cerradas hoy valen más que cincuenta pendientes para "algún día".