Experiencia SENIOR

Ejercicios y actividades prácticas

4. Mis cuentas seguras y mi información a salvo

GOBIERNO DE ESPAÑA
VICEPRESIDENCIA PRIMERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE DIGITALIZACIÓN E INTELIGENCIA ARTIFICIAL
incibe_ INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD
017 TU AYUDA EN CIBERSEGURIDAD
OSI Oficina de Seguridad del Internauta

4. Mis cuentas seguras y mi información a salvo

Experiencia SENIOR

Introducción:

¿Te has planteado alguna vez la cantidad de información que tienes almacenada en tus cuentas de usuario de Internet y en los distintos dispositivos que manejas? **Su seguridad y privacidad depende de que seas consciente de ello.**

En este ejercicio te proponemos **identificar las medidas de protección** que encajan mejor con tus dispositivos y cuentas de usuario. Finalmente, podrás hacer un repaso sobre todo lo que tus dispositivos saben de ti. **¡Seguro que te sorprende!**

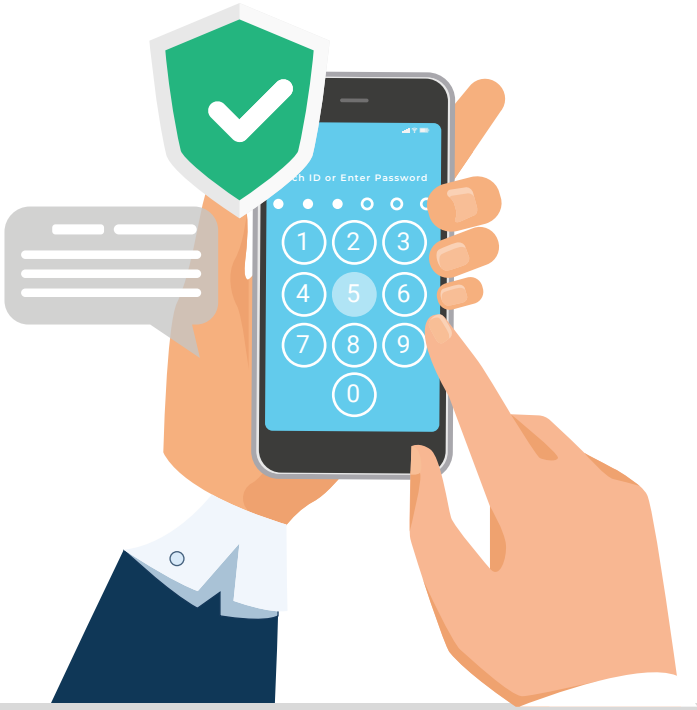
GOBIERNO DE ESPAÑA
VICEPRESIDENCIA PRIMERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE DIGITALIZACIÓN E INTELIGENCIA ARTIFICIAL
incibe_ INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD
017 TU AYUDA EN CIBERSEGURIDAD
OSI Oficina de Seguridad del Internauta

Experiencia SENIOR

Ejercicio 1:

¿Cómo protegerías cada dispositivo o servicio y la información que contiene?

Une con flechas para asociar el tipo de dispositivo con las protecciones que se deberían aplicar para cada uno de ellos.



Tipo de dispositivo	
Ordenador	Contraseña
Teléfono móvil (smartphone)	Código PIN
Tablet	Patrón de bloqueo
Dispositivos inteligentes (asistentes, smartwatches,etc.)	Verificación en dos pasos
Disco duro externo	Bloqueo biométrico (huella dactilar o rostro)
Memoria USB	Copia de seguridad
	Cifrado
	Cuaderno con contraseñas
	Contraseña compartida

Experiencia SENIOR

Ejercicio 1:

¿Cómo protegerías cada dispositivo o servicio y la información que contiene?

Une con flechas para asociar el tipo de servicio con las protecciones que se deberían aplicar para cada uno de ellos.

Tipo de servicio online	Protecciones
Correo electrónico (Gmail, Outlook, Yahoo!, etc.)	Contraseña
Entretenimiento (Netflix, HBO, Amazon Prime Video, Spotify, etc.)	Código PIN
Redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter, TikTok, etc.)	Patrón de bloqueo
Banca online u otros servicios financieros (PayPal, Bizum, etc.)	Verificación en dos pasos
Compras online (Amazon, Privalia, eBay, Zalando, etc.)	Bloqueo biométrico (huella dactilar o rostro)
Juegos (Nintendo, PlayStation 4, Xbox, etc.)	Copia de seguridad
	Cifrado
	Cuaderno con contraseñas
	Contraseña compartida

Experiencia SENIOR

Ejercicio 2:

Con el uso diario nuestros dispositivos van almacenando una gran cantidad de información sobre nosotros, casi como un registro de nuestra vida, que en ocasiones no llegamos a controlar.

Utiliza la información de la tabla para reflexionar sobre qué tipo de información puede contener cada uno de tus dispositivos y escríbelo en cada uno de ellos, según corresponda.

Puedes ampliarla si lo ves necesario:

Nombre y apellidos	Direcciones postales (casa, trabajo, etc.)	Rutinas y localizaciones habituales
Correo eletrónico	Nº de tarjetas de crédito	Fotografías
Empresa	Número de teléfono	DNI
Facturas, contratos y documentos oficiales	Datos de nuestros contactos (correos, teléfonos...)	Mensajes privados
Usuarios y contraseñas	Búsquedas de internet	Archivos y documentos personales
Tiendas online favoritas	Grabaciones de audio	Vídeos
Datos de salud	Transporte habitual	Patrones de sueño
Comida favorita	Talla de zapatos	Citas y fechas clave
Nombre de la mascota	Fecha de nacimiento	Lugares visitados
Entidad bancaria	Gustos e intereses para ocio	Redes sociales

Experiencia SENIOR

Escribe aquí tu información:

Smartphone:

Ordenador:

Experiencia SENIOR

Soluciones:

(ejercicio 1)

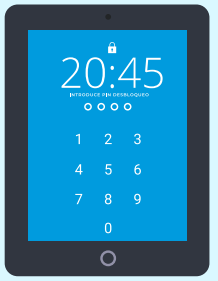
ORDENADOR

- Contraseña
- Código PIN
- Copia de seguridad
- Cifrado

SMARTPHONE

- Código PIN
- Patrón de bloqueo
- Bloqueo biométrico
- Copia de seguridad
- Cifrado

TABLET



- Código PIN
- Patrón de bloqueo
- Bloqueo biométrico
- Copia de seguridad
- Cifrado

• **Una contraseña robusta o un código PIN** nos ayudarán a proteger el acceso a nuestro dispositivo y nuestra cuenta de usuario de personas no autorizadas.

• **La copia de seguridad** nos ayudará a recuperar nuestros archivos y programas instalados, en caso de que se pierdan o se dañen. También, en caso de robo o si nuestro dispositivo deja de funcionar como debería, podemos utilizar la copia y restaurarla en otro dispositivo.

• **Cifrando** los archivos los protegeremos, haciéndolos inaccesibles para terceros que no conozcan la clave que permite acceder a ellos.

• **Una contraseña robusta, un código PIN, un patrón de bloqueo o un bloqueo biométrico** (como nuestra huella o el rostro) evitarán que otros usuarios no autorizados puedan acceder al dispositivo y a la información que contiene. Generalmente, podemos usar uno o dos métodos para desbloquear el dispositivo.

• La **copia de seguridad** nos ayudará a recuperar nuestros archivos y programas instalados, en caso de que se pierdan o se dañen. También, en caso de robo o si nuestro dispositivo deja de funcionar como debería, podemos utilizar la copia y restaurarla en otro dispositivo.

• **Cifrando los archivos** los protegeremos, haciéndolos inaccesibles para terceros que no conozcan la clave que permite acceder a ellos.

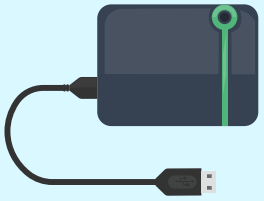
Experiencia SENIOR

Soluciones:

(ejercicio 1)

DISPOSITIVOS INTELIGENTES

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos
- Bloqueo biométrico



DISCO DURO EXTERNO

- Copia de seguridad
- Cifrado

MEMORIA USB

- Copia de seguridad
- Cifrado

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestro dispositivo, hacerse con la información o modificar la configuración.

Dependiendo del dispositivo inteligente, es posible encontrar algún otro mecanismo de protección, como los siguientes:

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro correo o teléfono cada vez que iniciemos sesión.

• **El bloqueo biométrico** supone una medida de seguridad alternativa a nuestra contraseña o PIN, ya que es complicado que alguien acceda a nuestras cuentas suplantando nuestra huella dactilar o rostro.

• **La copia de seguridad** nos ayudará a recuperar nuestros archivos y programas instalados, en caso de que se pierdan o se dañen. También, en caso de robo o si nuestro dispositivo deja de funcionar como debería, podemos utilizar la copia y restaurarla en otro dispositivo.

• **Cifrando los archivos los protegeremos,** haciéndolos inaccesibles para terceros que no conozcan la clave que permite acceder a ellos.

• **La copia de seguridad** nos ayudará a recuperar nuestros archivos y programas instalados, en caso de que se pierdan o se dañen. También, en caso de robo o si nuestro dispositivo deja de funcionar como debería, podemos utilizar la copia y restaurarla en otro dispositivo.

• **Cifrando los archivos** los protegeremos, haciéndolos inaccesibles para terceros que no conozcan la clave que permite acceder a ellos.

Experiencia SENIOR

Soluciones:

(ejercicio 1)

CORREO ELECTRÓNICO

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos
- Copia de seguridad

ENTRETENIMIENTO

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos

REDES SOCIALES

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos
- Copia de seguridad

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestra cuenta, robar información, modificar la configuración o hacerse pasar por nosotros.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro correo o teléfono cada vez que iniciemos sesión. También es posible hacer uso de una aplicación específica (Google Authenticator o Microsoft Authenticator), que genera códigos aleatorios de un solo uso para acceder a la cuenta.

• **Disponer de una copia de todos nuestros mensajes y archivos almacenados en la bandeja de entrada** será muy útil, por ejemplo, en caso de que alguien tome el control de nuestra cuenta (hackeo) o se produzca un error en el servicio, de tal forma que siempre tendremos a mano una copia de esta información.

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestra cuenta, robar información, modificar la configuración o hacerse pasar por nosotros.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro correo o teléfono cada vez que iniciemos sesión. También es posible hacer uso de una aplicación específica (Google Authenticator o Microsoft Authenticator), que genera códigos aleatorios de un solo uso para acceder a la cuenta.

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestra cuenta, robar información, modificar la configuración o hacerse pasar por nosotros.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro correo o teléfono cada vez que iniciemos sesión. También es posible hacer uso de una aplicación específica (Google Authenticator o Microsoft Authenticator), que genera códigos aleatorios de un solo uso para acceder a la cuenta.

• **La copia de seguridad** nos ayudará a mantener a salvo nuestras publicaciones, fotografías, vídeos y otros momentos almacenados en nuestra cuenta de la red social. De este modo, siempre dispondremos de estos datos aunque cierren la cuenta o perdamos el control de la misma, por ejemplo, por el ataque de un ciberdelincuente.

GOBIERNO DE ESPAÑA
VICEPRESIDENCIA PRIMERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE DIGITALIZACIÓN E INTELIGENCIA ARTIFICIAL
incibe_ INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD
017 TU AYUDA EN CIBERSEGURIDAD
OSI Oficina de Seguridad del Internauta

Experiencia SENIOR

Soluciones:

(ejercicio 1)

BANCA Y SERVICIOS FINANCIEROS

- Contraseña
- Código PIN
- Verificación en 2 pasos
- Bloqueo biométrico

• **Una contraseña robusta o un código PIN** nos ayudarán a proteger el acceso a nuestra cuenta y a toda la información bancaria y personal almacenada en ella.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro teléfono para confirmar una transacción bancaria.

• **El bloqueo biométrico** supone una medida de seguridad alternativa a nuestra contraseña o PIN, ya que es complicado que alguien acceda a nuestras cuentas suplantando nuestra huella dactilar o rostro.

COMPRAS ONLINE

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestra cuenta, robar información, modificar la configuración o hacerse pasar por nosotros.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro teléfono cada vez que iniciemos sesión. También es posible hacer uso de una aplicación específica (Google Authenticator o Microsoft Authenticator), que genera códigos aleatorios de un solo uso para acceder a la cuenta.

JUEGOS

- Contraseña
- Verificación en 2 pasos

• **Una contraseña robusta** impedirá que otros usuarios puedan acceder a nuestra cuenta, robar información, modificar la configuración o hacerse pasar por nosotros.

• **La verificación en dos pasos** añadirá una capa extra de seguridad, teniendo que introducir un código enviado a nuestro teléfono cada vez que iniciemos sesión. También es posible hacer uso de una aplicación específica (Google Authenticator o Microsoft Authenticator), que genera códigos aleatorios de un solo uso para acceder a la cuenta.

Experiencia SENIOR

Ejemplos de solución:

Soluciones:

(ejercicio 2)

¿Cuánta información almacenan tus dispositivos?
Quizás sea mucha más de la que crees:

Efectivamente, nuestros dispositivos almacenan muchísima información. En ocasiones se debe a que nosotros mismos la introducimos al utilizar una aplicación o guardar archivos o fotos, mientras que otras veces esta información es recogida automáticamente al hacer uso de cada uno de ellos.

Por esta razón, **es importante que los protejamos y los blindemos adecuadamente contra los ciberdelincuentes y otras amenazas.**

¡En nuestra web encontrarás toda la información que necesites para saber más!

Escribe aquí tu información:

Smartphone:

Nombre y apellidos	Grabaciones de audio
Direcciones postales	Videos
Rutinas y localizaciones	Datos de salud
Correo electrónico	Transporte habitual
Número de tarjeta de crédito	Patrones de sueño
Fotografías	Comida favorita
Empresa	Talla de zapatos
Número de teléfono	Citas y fechas clave
DNI	Nombre de la mascota
Facturas, contratos...	Fecha de nacimiento
Datos de nuestros contactos	Lugares visitados
Mensajes privados	Entidad bancaria
Usuarios y contraseñas	Gustos e intereses para ocio
Búsquedas de Internet	Redes sociales
Archivos y documentos	
Tiendas online favoritas	

Ordenador:

Nombre y apellidos	Grabaciones de audio
Direcciones postales	Videos
Rutinas y localizaciones	Datos de salud
Correo electrónico	Transporte habitual
Número de tarjeta de crédito	Patrones de sueño
Fotografías	Comida favorita
Empresa	Talla de zapatos
Número de teléfono	Citas y fechas clave
DNI	Nombre de la mascota
Facturas, contratos...	Fecha de nacimiento
Datos de nuestros contactos	Lugares visitados
Mensajes privados	Entidad bancaria
Usuarios y contraseñas	Gustos e intereses para ocio
Búsquedas de Internet	Redes sociales
Archivos y documentos	
Tiendas online favoritas	

Experiencia SENIOR

GOBIERNO DE ESPAÑA
VICEPRESIDENCIA PRIMERA DEL GOBIERNO
MINISTERIO DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL
SECRETARÍA DE ESTADO DE DIGITALIZACIÓN E INTELIGENCIA ARTIFICIAL

incibe_
INSTITUTO NACIONAL DE CIBERSEGURIDAD

017 TU AYUDA EN CIBERSEGURIDAD

OSI Oficina de Seguridad del Internauta