

Cómo proteger tus cuentas y evitar que te las roben

Tu correo electrónico, WhatsApp, Instagram, Facebook y otras cuentas digitales contienen mucha más información de la que imaginas.

Fotos, conversaciones, contactos, documentos y, en algunos casos, información financiera.

Por eso, proteger tus cuentas es tan importante como proteger las llaves de tu casa.

Aquí tienes **5 medidas sencillas** que pueden hacer una gran diferencia.

1. Usa contraseñas diferentes

Uno de los errores más comunes es utilizar la misma contraseña para todo.

Si alguien descubre la contraseña de una de tus cuentas, podría intentar utilizarla para entrar también a tu correo, redes sociales y otros servicios.

Por eso:

- 🔒 Usa contraseñas diferentes para tus cuentas importantes.
- 🔒 Evita nombres, fechas de nacimiento y palabras fáciles de adivinar.
- 🔒 Mientras más larga sea la contraseña, mejor.

Una buena opción es utilizar una **frase larga que puedas recordar**, combinando varias palabras y caracteres.

Y recuerda:

Nunca compartas tu contraseña con otra persona.

2. Activa la verificación en dos pasos

Esta es una de las medidas de seguridad más importantes.

La verificación en dos pasos añade una segunda barrera para entrar a tu cuenta.

Así, aunque alguien descubra tu contraseña, necesitará otra forma de comprobar que realmente eres tú.

Puede ser:

- 📱 Una aplicación de autenticación.
- 1 2 3 4 Un código temporal.
- 🔑 Una llave de seguridad o método similar.

Actívala especialmente en:

- ✓ Tu correo electrónico.
 - ✓ WhatsApp.
 - ✓ Instagram y Facebook.
 - ✓ Cuentas bancarias y financieras.
 - ✓ Cualquier servicio que contenga información importante.
-

3. Nunca entregues un código de verificación

Recibes una llamada o un mensaje:

“Te enviamos un código por error. ¿Puedes enviármelo?”

¡Cuidado!

Ese código podría ser precisamente lo que una persona necesita para entrar a tu cuenta.

También pueden hacerse pasar por empleados de una empresa, un banco, una red social o incluso por alguien conocido.

La regla es sencilla:

TU CÓDIGO ES SOLO TUYO.

No lo envíes por WhatsApp.

No lo digas por teléfono.

No lo compartas por mensaje.

Si alguien te pide un código que acaba de llegar a tu teléfono, **desconfía**.

4. Cuidado con los enlaces

Muchos robos de cuentas comienzan con un enlace.

El mensaje puede decir:

“Tu cuenta será suspendida.”

“Detectamos un acceso sospechoso.”

“Mira quién aparece en esta foto.”

“Ganaste un premio.”

El objetivo es lograr que pulses el enlace y escribas tu contraseña en una página falsa.

Antes de hacerlo:

- 🔍 Revisa quién envió el mensaje.
- 🔍 Mira cuidadosamente la dirección de la página.
- 🔍 Desconfía de mensajes que te presionan para actuar inmediatamente.

Cuando tengas dudas, **no entres desde el enlace recibido.**

Abre directamente la aplicación o escribe tú mismo la dirección oficial del servicio.

5. Protege especialmente tu correo electrónico

Hay una cuenta que merece atención especial:

TU CORREO.

¿Por qué?

Porque normalmente utilizamos el correo electrónico para recuperar las contraseñas de muchas otras cuentas.

Si alguien logra controlar tu correo, podría intentar recuperar también tus redes sociales y otros servicios.

Por eso:

- ✓ Usa una contraseña exclusiva para tu correo.
- ✓ Activa la verificación en dos pasos.
- ✓ Mantén actualizados tus métodos de recuperación.
- ✓ Revisa periódicamente los dispositivos que tienen acceso.

Tu correo es una de las llaves principales de tu vida digital.

Una regla que debes recordar

CONTRASEÑA + SEGUNDO PASO + DESCONFIANZA

CONTRASEÑA

Usa una contraseña fuerte y diferente.

SEGUNDO PASO

Activa la verificación en dos pasos.

DESCONFIANZA

Nunca entregues códigos ni contraseñas porque alguien te los solicite.

¿Qué hago si recibo una alerta de acceso?

No entres en pánico.

Haz lo siguiente:

1. Entra directamente a la aplicación o página oficial.
2. Revisa los dispositivos o sesiones abiertas.
3. Cierra cualquier sesión que no reconozcas.
4. Cambia inmediatamente tu contraseña.
5. Activa o revisa la verificación en dos pasos.

Si utilizabas esa misma contraseña en otros servicios, **cámbiala también allí**.

El consejo de Alex

“Hay algo que nunca debes olvidar: nadie necesita que le entregues tu contraseña o un código de verificación que llegó a tu teléfono. Si alguien te lo pide, detente. Puede estar intentando entrar a tu cuenta.”

Mini reto de seguridad

Tómate **5 minutos hoy** y revisa tus tres cuentas más importantes.

Pregúntate:

- ☐ ¿Tengo una contraseña diferente en cada una?
- ☐ ¿Tengo activada la verificación en dos pasos?

- ☐ ¿Mi correo y teléfono de recuperación están actualizados?
- ☐ ¿Reconozco todos los dispositivos conectados?

Si alguna respuesta es **NO**, tienes una tarea pendiente.

Corrígela hoy.

Recuerda

Tu seguridad digital comienza contigo.

No necesitas ser experto en tecnología.

Unas pocas medidas sencillas pueden evitar muchos problemas.

Ciudadano Digital

Protege tus cuentas. Protege tu identidad.