

Crear contraseñas seguras

Para iniciar sesión en muchos sitios web, usted necesita un nombre de usuario y una contraseña. Utilice siempre contraseñas seguras.

¿Cómo es una contraseña segura?

Una contraseña segura:

- es difícil de adivinar para otras personas
- tiene 8 o más caracteres
- contiene letras, números y símbolos (!@#\$%&*)
- es diferente a sus otras contraseñas

No utilice contraseñas que sean fáciles de adivinar. **No** utilice:

- palabras o frases populares
- números continuos (123)
- información personal

¿Cómo protejo mis contraseñas?

- Utilice siempre contraseñas diferentes (nadie podrá acceder a todas sus cuentas aprendiendo solamente una contraseña).
- No le diga a nadie sus contraseñas.
- No guarde sus contraseñas donde otras personas puedan verlas.
- Recuerde siempre cerrar sesión y salir del navegador si comparte una computadora o usa una computadora pública.



¿Cómo puedo crear una contraseña segura?

Un generador de contraseñas puede ayudarle a crear contraseñas seguras. Para crear sus propias contraseñas seguras, siga estos 5 pasos.

- 1. Piense en una frase o letra de alguna canción favorita**
(Un libro es un regalo que puede abrir una y otra vez)
- 2. Utilice la primera letra de cada palabra (abiagycoaaa)**
- 3. Escriba en mayúscula algunas letras (AbiagycoaaA)**
- 4. Cambie algunas letras por símbolos. Puede cambiar algunas letras por los símbolos a los que se parecen. Por ejemplo, utilice \$ para "s" o utilice @ para "a". (Uleurqp@uyoV)**
- 5. Agregue números (Abi@gycoa@A5)**

¿Cómo recuerdo mis contraseñas?

Puede usar un administrador de contraseñas para recordar y proteger sus contraseñas. Lastpass es un ejemplo de administrador de contraseñas.

No permita que los navegadores web guarden sus contraseñas. Otras personas podrían abrir sus cuentas si tienen acceso a su teléfono o computadora.

Mire un video para obtener más información:

Inglés: <https://www.digitallearn.org/courses/accounts-passwords-new>

Español: <https://www.digitallearn.org/courses/cuentas-y-contrasenas-nuevo>