

KIT DE SUPERVIVENCIA EN INTERNET

(para ti y para
tu familia)



SIGUE ESTAS SENCILLAS PAUTAS PARA NAVEGAR DE FORMA SEGURA POR INTERNET

1

Lo primero: Descárgate e instala un buen **antivirus**. Algunos de los más utilizados son:

avast!: <http://www.avast.com/>

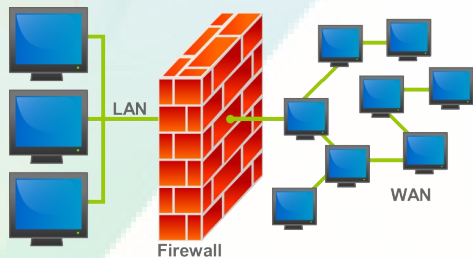
AVG: <http://free.avg.com>



2

Asegúrate que tienes un **cortafuegos** (o firewall) configurado, para evitar ataques a tu ordenador desde Internet. Aprende cómo hacerlo dependiendo de tu sistema operativo:

<https://www.osi.es/actualidad/blog/2014/04/04/comprueba-si-el-cortafuegos-esta-activado-en-tu-equipo>



3

Ejecuta un **anti programas espía** (o antispyware) para borrar todo el software malicioso que tengas en el ordenador. Hay antispyware en las siguientes páginas web:

Malwarebyte's antimalware: <http://es.malwarebytes.org>

SuperAntiSpyware: <http://www.superantispyware.com>



4

Es bueno instalar un programa de control parental, para filtrar páginas web no deseadas. Algunos gratuitos son:

Escudo Web: <http://www.escudoweb.com/pfamily.php>

Qustodio: <http://www.qustodio.com/download/>



5

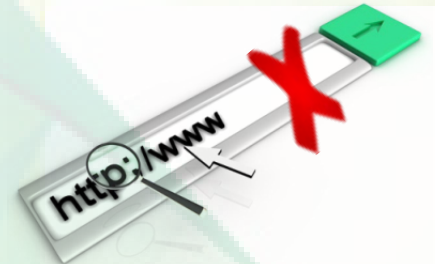
Usa contraseñas complicadas que no te identifiquen y no se las proporciones nunca a nadie. ¡No las tengas apuntadas en papeles o en hojas adhesivas!

<http://www.osi.es/es/contrasenas>



6

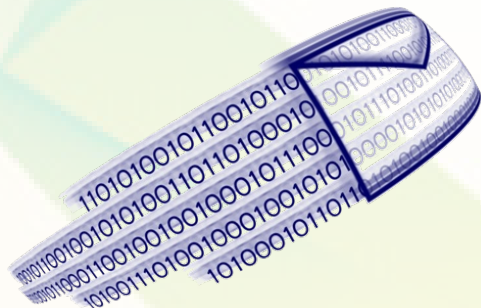
No creas ni respondas a todo lo que te llega a tu correo. Si sospechas de alguno, es mejor que no lo contestes. Puedes utilizar un buscador, por ejemplo en <http://www.google.com>, para poner el título del correo en cuestión. Así podremos comprobar si el contenido es verídico o se trata de una artimaña de los creadores.



7

No envíes información por correo electrónico si te la solicitan desde bancos, administraciones, etc. Las entidades oficiales nunca te van a pedir esta información porque ya la tienen.

<http://www.osi.es/es/banca-electronica>



8

Cuando envíes correos a muchos destinatarios, no olvides poner a todos en copia oculta (CCO).



Download

Nunca descargues archivos de sitios web que no sean de confianza. Extrema la precaución cuando uses programas de descarga como Torrent o Emule.

<http://www.osi.es/es/webs-de-descarga>

9

10

Mucho cuidado con las páginas web donde tengas que introducir contraseñas, información financiera, etc. Siempre deben ser sitios web de confianza y que utilicen cifrado (en la barra de direcciones de tu navegador debe aparecer "https" y un icono de un candado).



https://



Ten cuidado con el contenido personal que subes a las redes sociales. Ten en cuenta que si compartes una foto o un comentario, estará ahí para siempre.

<http://www.osi.es/es/redes-sociales>

11

12

Desconfía de cualquiera que quiera entablar una conversación ajena al contexto y házselo saber también a tus hijos. Sólo deberían hablar con gente a la que conozcan.



13

Si tienes hijos o menores a tu cargo, es recomendable que el ordenador esté en un lugar común en la casa, para poderles acompañar y aconsejar sobre las dudas que tengan.

14

Si tu ordenador está infectado, sigue estas recomendaciones para solucionarlo:

<http://www.osi.es/es/contra-virus>





¡Aprende y mantente al día! A veces cuesta, pero supone todo un reto. Toma como referencia estos [manuales de supervivencia](#) y [enlaces](#) para saber más:

- Vídeos en nuestro canal YouTube sobre Seguridad en Internet:
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLpiUrRDOHBMar9PNioixwOWURXYxyxrTM>
- Guías de actuación contra el ciberacoso:
<http://menores.osi.es/padres-madres/destacados/conoce-como-prevenir-el-acoso-a-menores-por-internet>
- Oficina de Seguridad del Internauta: <http://www.osi.es>
- Guía parental. Manteniendo a sus niños seguros en Internet. Asociación PROTÉGELES::
http://www.centrointernetsegura.es/descargas/infantiles/inf_guia_parental.pdf



