

### **Copias de seguridad**

Hágalas de forma periódica, ya sea a un disco duro externo, CD-ROM o DVD-ROM. Y compruebe regularmente que la copia se está realizando correctamente.

### **Windows**

Mantenga su sistema actualizado, bien activando el servicio de actualizaciones automáticos, bien acudiendo a servicio técnico para que incluyan los últimos parches de seguridad.

Realice mantenimientos preventivos de forma regular, limpieza de temporales, puesta a punto del registro, defragmentación y escaneo de discos duros.

### **Aplicaciones:**

Sólo deben permanecer instaladas las aplicaciones que se usen.

### **Navegación segura:**

Por principio desconfíe de todo y de todos. Borre cookies y temporales con asiduidad. Evite sitios no seguros.

No introduzca datos personales en ningún sitio si no está completamente seguro. Sobre todo evite introducir su dirección de correo electrónico, así conseguirá reducir el spam de su bandeja de entrada.

### **Correo electrónico:**

Por principio desconfíe de todo y de todos, no abra ningún correo del que no reconozca al remitente, o incluso si conoce al remitente pero el asunto suena raro. Bórrelo directamente.

Desactive la vista previa en su cliente de correo.

No participe en cadenas de correo.

### **Descargas y programas P2P**

Asuma la responsabilidad que cualquier descarga conlleva un riesgo, y que un cliente P2P es introducir al enemigo en casa. La única protección es tener el antivirus actualizado y las copias de seguridad al día, y aún así es más que probable que sufra alguna infección de forma periódica.

### **Contraseñas:**

La contraseña ideal es aquella que combina letras mayúsculas y minúsculas con números, la composición no tiene ningún sentido y sólo está apuntada en nuestra memoria y/o en papel, nunca en ningún archivo del ordenador.

### **Programas antivirus, antispyware y cortafuegos:**

Existen soluciones gratuitas tan buenas o más que las de pago. Consulte con su técnico habitual para que le recomiende, en función de su equipo y su modo de trabajo.

Mantenga siempre el antivirus actualizado.