

# El rastro que dejas sin darte cuenta



Tu huella digital invisible son esos datos pasivos que no ves pero que igual se van guardando.

## Tu huella digital puede ser:

### Activa

Lo que compartes a propósito, como publicaciones o formularios.

### Pasiva

Datos que se recopilan automáticamente sin que lo notes.

### Cookies y seguimiento web

- Registran páginas visitadas, clics y preferencias.
- Guardan tu IP, fecha/hora de acceso.



### Redes sociales y anuncios

- Monitorean "likes", comentarios y compartidos.
- Crean perfiles para publicidad personalizada.



### Búsquedas en Internet

- Términos buscados quedan almacenados y asociados a ti.



### Apps y dispositivos móviles

- Acceden a ubicación, contactos y estadísticas de uso.
- Dispositivos "inteligentes" registran hábitos automáticamente.



## Recomendaciones

- ✓ **Configura la privacidad en tus redes sociales, navegadores y aplicaciones.** Limita los permisos de apps (acceso a ubicación, cámara, contactos.)
- ✓ **Piensa antes de publicar:** Incluso en entornos privados, evita compartir información personal sensible (dirección, teléfono, documentos, detalles íntimos).
- ✓ **Monitorea tu huella:** Periódicamente, búscate en Internet (escribe tu nombre en Google u otros buscadores) para descubrir qué información aparece públicamente sobre ti.
- ✓ **Usa conexiones seguras:** Evita realizar actividades sensibles (como banca en línea o enviar datos privados) en redes Wi-Fi públicas y abiertas, ya que pueden interceptar tus datos.

- ✓ **Cuidado con engaños:** Mantente alerta ante correos, mensajes o enlaces sospechosos. No hagas clic en vínculos dudosos ni proporciones tus datos de acceso o información personal a sitios o remitentes no confiables (*phishing*).
- ✓ **Protege tus cuentas:** Utiliza contraseñas seguras y únicas para cada servicio (mezclando letras, números y símbolos) y cámbialas periódicamente.
- ✓ **Activa la verificación en dos pasos donde esté disponible** – así, aunque alguien obtenga tu contraseña, no podrá acceder a tus cuentas sin un segundo código de seguridad.

### Consejo:

**Usa modo incógnito y bloquea cookies en ajustes.**

