

# Guía para el uso responsable y seguro de la tecnología en el hogar



Recomendaciones en materia de privacidad y seguridad ante la crisis del COVID-19

## La guía

*La situación actual provocada por el COVID-19, ha hecho que además del uso habitual de la tecnología en el hogar muchos gallegos y gallegas aborden el teletrabajo por primera vez, por lo que a continuación se presentan una serie de recomendaciones para garantizar un uso seguro y responsable de la tecnología en el hogar.*

#YoMeQuedoEnCasa



# 1. CONÉCTATE DE FORMA SEGURA Y CON UN EQUIPO ACTUALIZADO

- **Conexión segura:** utiliza una conexión a Internet de confianza, como la de tu domicilio o la facilitada por tu organización. *Evita el uso de redes públicas como pueden ser las wifis de locales abiertos al público.*
- **Actualiza tu equipo:** mantén actualizado tu equipo, especialmente en lo referente a las actualizaciones de seguridad del fabricante del sistema operativo, y otro software de uso habitual como lector de PDF, así como el antivirus o instálalo en caso de no disponer de uno.



- **Navegación segura:** realiza una navegación segura por Internet (*observa que en la dirección de la barra de navegación se usa el protocolo seguro HTTPS y verifica el certificado asociado a la página web*), evitando el acceso a páginas dudosas, especialmente en esta situación de crisis provocada por el Covid-19, debido a la proliferación de ciberataques y ciberestafas que utilizan como cebo temas relacionados con la crisis sanitaria.
- **Cuentas de usuario:** crea cuentas de usuario diferentes en el ordenador o dispositivo que emplees para separar tu espacio personal del profesional.

# 2. EMPLEA HERRAMIENTAS Y PROGRAMAS AUTORIZADOS Y COMUNÍCATE DE FORMA SEGURA DESDE TU HOGAR

- **Herramientas seguras:** emplea siempre software legítimo y actualizado. Si estás teletrabajando, intenta utilizar las herramientas autorizadas por tu organización, evitando las plataformas no autorizadas.
- **Correo electrónico:** es necesario que estés alerta ante la posibilidad de recibir correos fraudulentos, especialmente con ocasión de la crisis del COVID-19. Desconfía de los correos sospechosos y toma las siguientes precauciones:
  - Verifica el campo del remitente del correo y comprueba cuál es la dirección de correo, independientemente del "alias" que figure. En caso de duda, se recomienda llamar o contactar previamente con el remitente para confirmar la legitimidad del correo.
  - Sospecha, en general, de correos con faltas de ortografía, errores de redacción o comunicaciones impersonales.
  - No hagas clic en ningún enlace, especialmente si se trata de enlaces cortos, ni abras archivos adjuntos.
  - No introduces credenciales o datos personales en páginas de dudosa legitimidad.
  - No reenvíes cadenas de mensajes o noticias de dudosa veracidad a tus contactos.

### 3. PROTEGE TUS DATOS Y TU INFORMACIÓN

---

- **Gestión de contraseñas:** protege tu equipo con una contraseña segura , evitando el uso de contraseñas fácilmente adivinables (*fecha de nacimiento, nombre...*) y en la medida de lo posible emplea contraseñas robustas *con por lo menos 8 caracteres que combinen mayúsculas, minúsculas, números y símbolos.* No emplees la misma contraseña para varios usos (por ejemplo, para el correo electrónico personal y para el acceso a los sistemas de información del trabajo). Y bloquea la sesión cuando no emplees tu equipo evitando "sorpresas" con los niñ@s.



- **Manejo de datos:** es importante que emplees medidas de seguridad como cifrado de información en el uso de dispositivos extraíbles o almacenamiento en la nube.
- **Confidencialidad y tratamiento de datos personales:** es imprescindible mantener la confidencialidad de la información y la seguridad en el tratamiento de los datos personales en todo momento. No facilites datos personales, bancarios o datos sensibles de otro tipo sin verificar el solicitante. Desconfía de las peticiones telefónicas.

### 4. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS DEL COVID -19

---

Ten especial cuidado ante estos posibles intentos de engaño:

- Presta especial atención a los correos electrónicos que recibes. *La cura del coronavirus no la recibirá por correo electrónico.*
- Evita abrir documentos y archivos adjuntos sobre el COVID-19 en los correos electrónicos que recibas, salvo que esteas absolutamente seguro de que son legítimos.
- No descargues aplicaciones no oficiales para conocer el alcance internacional del COVID-19

En lo relativo a la desinformación, ten en cuenta lo siguiente:

- Evita difundir información que no provenga de medios y fuentes oficiales.
- No contribuyas a la difusión de contenido no contrastado.
- No compartas mensajes que puedan generar alarma en la población.



## 5. ¿QUÉ HACER ANTE UN PROBLEMA DE SEGURIDAD O EN CASO DE DUDAS?

Es importante que sigas las recomendaciones y consejos de seguridad de información y ciberseguridad emitidos por los organismos con competencia en esta materia (INCIBE, CCN, AEPD, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, etc...) o por la organización, de ser el caso.

- **Contacta con la línea de ayuda de INCIBE.** En caso de dudas sobre el tema de ciberseguridad, contacta en el teléfono gratuito 017 en horario de 9:00 a 21:00 horas durante todos los días del año o accede a <https://www.incibe.es/linea-de-ayuda-en-ciberseguridad>
- **Avisa a tu organización.** En caso de detectar un correo de ámbito laboral sospechoso o una actividad anómala en los sistemas de información o herramientas empleadas durante el teletrabajo, comunícalo lo antes posible a tu organización para que se pueda minimizar cualquier impacto.



Conscientes de la situación en la que nos encontramos, y que no está siendo sencillo compaginar responsabilidades tanto a nivel personal como laboral, esta es una primera guía sobre el uso responsable y seguro de la tecnología en los hogares, que se desarrollará en mayor medida en la **Web Faite Dixital: <https://fatedixital.xunta.gal/es>**, donde cada día se publicarán nuevos post y consejos en este ámbito y en otros como el teletrabajo, salud física, salud mental, ocio,... para todos los gallegos y gallegas.

*En caso de dudas sobre el uso seguro y responsable de las TIC en el hogar, contacta en el siguiente Buzón de correo [cemit@xunta.gal](mailto:cemit@xunta.gal) y intentaremos ayudarte.*