

OUCH!

Boletín mensual de seguridad para todos

# Consejos para el uso seguro de redes sociales

## Resumen

Las redes sociales como Snapchat, Facebook, Twitter, Instagram y LinkedIn son recursos increíbles que permiten conocer, interactuar y compartir con personas de todo el mundo. Sin embargo, con todo este poder, existen riesgos, no solo para ti, sino también para tu familia, amigos y relaciones de trabajo. En este boletín cubriremos los pasos clave para aprovechar al máximo las redes sociales de forma segura y sin peligros.

## Publicaciones

Ten cuidado y piensa antes de publicar algo. Todo lo que postees se hará público en algún momento, lo que afectará tu reputación y futuro, incluso podría afectarte en la escuela a la que podrías asistir o los trabajos que podrías obtener. Si no deseas que tu familia o jefe lo vea, probablemente no debas publicarlo. También ten en cuenta lo que otros publican sobre ti. Puede ser que tengas que pedir a otros que eliminen lo que comparten sobre ti.

## Privacidad

Casi todos los sitios de redes sociales tienen opciones sólidas sobre privacidad, habilítalos cuando sea posible. Por ejemplo, ¿el sitio realmente necesita saber tu ubicación en todo momento? Además, las opciones de privacidad pueden ser confusas y cambian a menudo. Acostúmbrate a verificar y confirmar que están funcionando como realmente esperas.

## Frase de contraseña

Asegura tu cuenta de redes sociales con una frase de contraseña larga y única. Una frase de contraseña está compuesta por varias palabras, lo que te permite escribirla y recordarla fácilmente, pero es difícil de adivinar por los atacantes cibernéticos.

## Bloqueo de la cuenta

Aún mejor, habilita la autenticación de dos factores en todas tus cuentas. Esto agrega un código de un solo uso que se solicita en conjunto con tu contraseña cuando inicias sesión en tu cuenta. Esto es realmente simple y es una de las formas más poderosas de proteger tu cuenta.

## Estafas

Al igual que por correo electrónico, los actores maliciosos intentarán engañarte usando mensajes a través de las redes sociales. Por ejemplo, pueden intentar engañarte para obtener tu contraseña o información de tu tarjeta de crédito. Ten

cuidado en lo que das clic: si un amigo te envía lo que parece ser un mensaje extraño o no suena como ellos, podría ser un atacante cibernético que intenta hacerse pasar por tu amigo.

## Términos de los servicios

Conoce los términos de servicio de los sitios. Todo lo que publiques o subas a las redes sociales puede convertirse en propiedad del sitio.

## Trabajo

Si deseas publicar algo sobre el trabajo, consulta primero con tu supervisor para asegurarte de que está bien compartirlo públicamente.

Sigue estos consejos para disfrutar de una experiencia en línea mucho más segura. Para obtener más información sobre cómo usar los sitios de las redes sociales de forma segura o informar actividades no autorizadas, consulta la información de seguridad de tu sitio de redes sociales.

## Versión en español

UNAM-CERT, Equipo de Respuesta a Incidentes de Seguridad de la Información en México reconocido ante FIRST, es una referencia en la materia en este país.

Sitio web: <http://www.seguridad.unam.mx>

Síguelo en Twitter [@unamcert](https://twitter.com/unamcert)

---

## Editor Invitado

**Jessica Barker** es líder mundial en el aspecto humano de la ciberseguridad. Es cofundadora de “[Redacted Firm](#)” donde brinda servicios de consultoría a clientes de todo el mundo, y es una oradora muy conocida. Puedes seguirla en Twitter en [@drjessicabarker](https://twitter.com/drjessicabarker).

---



## Recursos

Frase de contraseña:	<a href="https://www.sans.org/u/B6E">https://www.sans.org/u/B6E</a>
Protege tu inicio de sesión:	<a href="https://www.sans.org/u/B6J">https://www.sans.org/u/B6J</a>
Proteger a los niños en sus actividades en línea:	<a href="https://www.sans.org/u/B6O">https://www.sans.org/u/B6O</a>
Lock Down Your Login:	<a href="https://www.lockdownyourlogin.org/">https://www.lockdownyourlogin.org/</a>

## Licencia

OUCH! es publicado por SANS Securing The Human y distribuido bajo licencia de [Creative Commons BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/). Puedes distribuir este boletín o utilizarlo en tu programa de sensibilización de seguridad siempre y cuando no se modifique su contenido. Para más información contáctanos en: [www.sans.org/security-awareness/ouch-newsletter](http://www.sans.org/security-awareness/ouch-newsletter). Consejo editorial: Walt Scrivens, Phil Hoffman, Cathy Click, Cheryl Conley | Traductores: José Daniel Campuzano Barajas y Víctor Enrique Arteaga Lona