



La AEPD ofrece consejos para la creación de contraseñas robustas y proteger tu privacidad

Las contraseñas son cruciales para evitar el acceso no autorizado y el uso indebido de nuestras cuentas.

La Agencia Española de Protección de Datos (AEPD) ofrece algunos consejos con los que puedes aumentar tu seguridad y privacidad en el mundo digital.

Sin embargo, parte de la ciudadanía aún emplea contraseñas poco seguras sin ser conscientes de los riesgos asociados. La creación de una contraseña sólida puede parecer un proceso tedioso, pero dedicar unos minutos a esta tarea puede marcar la diferencia en la protección de nuestros datos personales.

Es crucial entender los riesgos que conlleva el uso de contraseñas débiles. A pesar de los peligros evidentes, claves comunes como "1235678, 111111, Barcelona, hola..." continúan siendo utilizadas año tras año, según revelan numerosos estudios.

Para fortalecer la seguridad de tus cuentas en línea, la AEPD ofrece algunos consejos prácticos:

- **Longitud:** Opta por contraseñas con al menos 8-10 caracteres. Cuanto más larga sea la contraseña, más difícil será de descifrar.
- **Combinación de caracteres:** Utiliza una combinación de letras mayúsculas, minúsculas, números y caracteres especiales (\$, &, #...).

TODAS LAS CIRCULARES DE ESCURA EN NUESTRO BLOG - <https://www.escura.com/es/blog/>



Las circulares de **Escura** tienen carácter meramente informativo, resumen disposiciones que por carácter limitativo propio de todo resumen pueden requerir de una mayor información. La presente circular no constituye asesoramiento legal.

©La presente información es propiedad de **Escura** quedando prohibida su reproducción sin permiso expreso.

- **Evita la información personal:** No incluyas datos personales como nombres, fechas de nacimiento o números de teléfono. Estos detalles son fáciles de asociar contigo y pueden comprometer la seguridad de tu contraseña.
- **Evita claves comunes:** Rechaza prácticas como usar secuencias numéricas simples o expresiones populares. Estas contraseñas son fácilmente identificables y vulnerables a ataques.
- **Evita patrones sencillos:** No recurras a patrones predecibles como alternar mayúsculas y minúsculas o combinar números y caracteres especiales de manera predecible.
- **No reutilices contraseñas:** Crea contraseñas únicas para cada cuenta en línea. De esta manera, si una contraseña se ve comprometida, las demás permanecerán seguras.

Para facilitar la creación de contraseñas seguras, el Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE) ofrece una fórmula que puedes seguir cada vez que necesites registrar una nueva cuenta en línea: [Consulta en la AEPD](#)

Recuerda que la creación de contraseñas sólidas es solo el primer paso. Es importante actualizarlas periódicamente para mantener la seguridad. Una técnica útil es cambiarlas cada vez que cambie la estación del año, utilizando el truco **'4 estaciones, 4 contraseñas'**.

La protección de tus datos personales es una responsabilidad compartida. Adopta prácticas de seguridad cibernética sólidas y sigue estos consejos para crear contraseñas robustas que protejan tu privacidad y seguridad en línea.

Encuentra más información: [Consulta](#)



TODAS LAS CIRCULARES DE ESCURA EN NUESTRO BLOG - <https://www.escura.com/es/blog/>



Las circulares de **Bufete Escura** tienen carácter meramente informativo, resumen disposiciones que por carácter limitativo propio de todo resumen pueden requerir de una mayor información. La presente circular no constituye asesoramiento legal.

©La presente información es propiedad de **Bufete Escura** quedando prohibida su reproducción sin permiso expreso.