

El poder de las contraseñas: ¡ciérrele la puerta a los hackers!



Imagine que su contraseña es una llave mágica. ¿Quisiera que fuera “1234” o “ElDragonPastel42Ra!espongos0”? Una de ellas es mucho más difícil de adivinar para los hackers furtivos, ¡y mucho más divertida de recordar! Eso se llama una frase de contraseña, y es su arma secreta. Las frases de contraseña utilizan combinaciones de palabras extrañas y números que tienen sentido para usted, pero que no tienen ningún sentido para un hacker. Y recuerde que sus contraseñas son solo para usted—no para su mejor amigo, ni para un extraño, ¡y mucho menos para alguien que llame por teléfono y se haga pasar por su banco!

Consejos rápidos para crear supercontraseñas:

- * **Crea frases de contraseña:** usa cuatro o más palabras y números al azar (por ejemplo, GelatinadePlátano42CohetePato).
- * **Sin información personal:** nunca incluya nombres, cumpleaños ni sus ingredientes favoritos para una pizza.
- * **Sin repeticiones:** cada sitio web debe tener su propia frase de contraseña única.
- * **Manténgala en secreto:** nadie debe pedirle su contraseña, ni siquiera el servicio técnico.
- * **Anótela de forma segura:** puede escribirla en un cuaderno, ¡pero no lo deje junto al teclado!
- * **Use un gestor de contraseñas:** le ayudará a crear y controlar contraseñas seguras.
- * **Elija herramientas de confianza:** use administradores de contraseñas de primera categoría, como LastPass y KeePass, para mantener sus contraseñas seguras.

¡Tiene el poder de mantenerse a salvo en línea!

Estar seguro en Internet no tiene por qué ser aterrador ni difícil. Con solo unos pocos hábitos inteligentes, puede burlar a los hackers, proteger su dinero y ayudar a toda su familia a navegar de forma segura. Tenga a mano este folleto como su hoja de referencia para convertirse en un Ciberhéroe: ¡cada clic, toque y deslizamiento puede ser más seguro cuando sabe qué buscar!

Las 5 mejores medidas ciberinteligentes:

- * Cree frases de contraseña seguras y nunca reutilice contraseñas.
- * **Haga una pausa antes de hacer clic**—compruebe los enlaces y correos electrónicos en busca de señales de phishing.
- * **Compre con tarjeta de crédito** y siempre revise con quién está comprando.
- * **Hable con los niños** sobre lo que ven, juegan y sienten en línea.
- * **Actualice sus dispositivos** regularmente para una mejor seguridad.



Obtenga más información escaneando el código QR o visite: staysafemichigan.com



El Manual de ciberseguridad para familias

Actúe con inteligencia para bloquear a los estafadores, proteger a los menores y defender sus datos.





Sea inteligente. Manténgase seguro. ¡Sea un ciberhéroe!

El internet es un lugar grande y emocionante donde podemos aprender, jugar, conversar con amistades e incluso hacer compras. Pero así como usted usa un casco cuando anda en bicicleta, también necesita protegerse cuando está en línea. ¡Justo para eso es esta guía! Estamos aquí para ayudarle a usted y a su familia a mantenerse seguros, inteligentes y con confianza cada vez que estén en línea.

En este folleto, aprenderá a crear contraseñas supersecretas que ni siquiera los hackers furtivos podrán adivinar. Descubrirá formas divertidas de arruinarle el día a un hacker con solo tener cuidado y prestar atención. También le daremos consejos inteligentes sobre el dinero, ¡para que nadie pueda engañarle ni quitarle su dinero! Y para las familias, hay herramientas y consejos increíbles para ayudar a los menores y a los padres a mantenerse seguros y amables en Internet juntos.

¿Está listo para convertirse en un ciberhéroe? ¡Vamos a aprender a hacer clic con seguridad, comprar con sabiduría y proteger a quienes más amamos: a nosotros mismos y a nuestras familias!



Mantenga su dinero a salvo: movimientos de dinero en línea que importan

Hacer clic en “Comprar ahora” puede ser muy cómodo, pero las compras en línea y las aplicaciones de dinero también son el terreno de juego de los estafadores furtivos. Por eso es importante seguir reglas inteligentes al enviar o gastar dinero en línea. Los estafadores intentarán todo, desde perfiles falsos en Facebook Marketplace hasta solicitudes “urgentes” de tarjetas de regalo. Pero con sus ojos agudos y una buena dosis de “Espera un momento...”, puede proteger su cartera como un profesional.

Acciones inteligentes de dinero en línea:

- * **Compre con tarjeta de crédito, no de débito:** las tarjetas de crédito ofrecen una mayor protección si algo sale mal.
- * **Use “Bienes y servicios”:** seleccione siempre esta opción al enviar dinero en línea—ya que ofrece más protección.
- * **Revise al vendedor:** busque a los vendedores en el Better Business Bureau antes de comprar.
- * **Revise sus estados de cuenta bancarios:** ¡detecte cualquier sorpresa al revisar su cuenta semanalmente o incluso con más frecuencia!
- * **No caiga en los trucos de “pagar con una tarjeta de regalo”:** las empresas reales nunca piden tarjetas de regalo ni contraseñas.
- * **Mantenga el escepticismo:** si una oferta suena demasiado buena, probablemente no sea real.



Pantallas y niños: mantenga la calma, sea amable

Seamos realistas: a los niños les encantan las pantallas. ¡Y a veces, las pantallas son útiles! Cada niño es único y la forma en que utiliza los medios de comunicación puede afectarlos de diferentes maneras. Los padres no necesitan ser magos de la tecnología, solo ser curiosos, atentos y dispuestos a conversar. Al seguir las “5 C” del uso inteligente de los medios, las familias pueden crear hábitos saludables frente a la pantalla, disfrutar de más tiempo de calidad y convertir este tiempo en una oportunidad para aprender, estrechar lazos y dormir mejor (¡sí, de verdad!).

Las 5 C del uso de los medios para las familias:

- * **Hijo:** Conozca la personalidad de su hijo. ¿Qué tipo de medios de comunicación les gustan y cómo les afecta?
- * **Contenido:** observe y juegue con ellos. Ayúdelos a pensar en lo que es útil, dañino o excesivo.
- * **Calma:** las pantallas no deberían ser la única forma de relajarse. Cree rutinas relajantes y explore formas no digitales de relajarse.
- * **Crear opciones:** no se limite a reducir el tiempo frente a la pantalla, cámbielo por cosas divertidas como mascotas, rompecabezas, películas o tiempo al aire libre.
- * **Comunicación:** hable abierta y frecuentemente. Haga preguntas, escuche sin juzgar y apóyelos en convertirse en ciudadanos digitales inteligentes.

