

**¿Por qué es importante consistentemente establecer y mantener métodos de seguridad y privacidad para cuando explore la red del Internet? Porque le permite:**

- Controlar la cantidad y tipo de información que pueden adquirir de usted los sitios web y las compañías que explore; información que estos sitios pueden adquirir sin su permiso.
- Asegurar que la información que provea se presente en un lugar electrónico mejor protegido y más seguro.
- Proteger su computadora contra virus, estafas y otros problemas de operación que se pueden filtrar a su computadora y afectarle personalmente y a otros en la totalidad de la red electrónica.
- Tener una experiencia más segura y privada, con menor riesgo, mientras se encuentra en el Internet.



**El proyecto GOAL (Animar a las personas mayores a ponerse en línea) es una iniciativa para promover que las personas mayores usen los servicios broadband de computadoras. Destaca los obstáculos que confrontan las personas mayores cuando se encuentran en línea e identifica tecnologías innovadoras para el uso más seguro del Internet por parte de este segmento de la población.**

Profundo agradecimiento del Proyecto GOAL a Time Warner Cable, por hacer posible la versión en español de este folleto.

**GOAL**

Get Older Adults onLine

(Animar a las personas mayores a ponerse en línea)

Para visita GOAL (Animar a las personas mayores a ponerse en línea) acuda a

[www.theprojectgoal.org](http://www.theprojectgoal.org)

**Proteja su seguridad y privacidad al usar computadoras**



**GOAL**

Get Older Adults onLine

(Animar a las personas mayores a ponerse en línea)

## El Internet presenta un mundo de oportunidades para las personas mayores, entre ellas podría:

- Permanecer en su hogar, manteniendo así su independencia y mejor calidad de vida por más largo tiempo.
- Estar en contacto con sus familiares y amigos, tanto en los Estados Unidos, como en el extranjero. También podrá: unirse a redes sociales; enviar y recibir fotografías; mirar videos; enviar felicitaciones de cumpleaños; tener acceso a servicios comerciales; hacer sus compras de comestibles; obtener asistencia para llenar formularios médicos; participar en juegos de cartas; o compartir información de lugares para ir de vacaciones.
- Establecer una red de apoyo en la que incluiría a quien usted desee, como sus proveedores de cuidado médico. Además, existen servicios médicos de acceso electrónico que le permitirían consultar a su médico sin tener que ir una y otra vez al consultorio.



## A continuación, algunas recomendaciones para usar el Internet de manera segura y protegiendo su privacidad:

- Para mantener su computadora segura, instale un muro de protección electrónico con programas de anti virus, anti intrusión electrónica y anti correo spam (correo basura). Mantenga todos sus programas de software a la fecha y con programas de actualización automática.
- Use palabras de contraseña sólidas. Por ejemplo, de 8 letras, con símbolos, y usando mayúsculas y minúsculas, números u otros símbolos. Cambie sus contraseñas varias veces al año.
- Evite usar la misma contraseña para diferentes sitios o lugares Internet.
- Establezca un protocolo personal para definir cuándo es apropiado darle a alguien su información personal. Hable con un amigo o familiar que también entre en línea y pídale que le asista a establecer su protocolo antes de dar cualquier tipo de información personal.
- Tenga en mente que lo que escriba en línea, permanecerá en línea. Es decir, que la información estará disponible indefinidamente y que es prácticamente imposible borrarla. Lea cuidadosamente los reglamentos de privacidad que se le ofrecen en diversos sitios Internet e infórmese de las maneras en las que usarán su información.
- Infórmese en cuanto a cómo identificar a estafadores que usan el correo electrónico y acerca de sitios del Internet que son fraudulentos.
- Juzgue cuidadosamente a cualquier persona a quien conozca a través del Internet.

- Antes de abrir correos, revise la dirección electrónica de quien lo envía, ya que algunos estafadores usan el nombre de compañías auténticas, pero escribiéndolo un poco diferente para que no se dé cuenta, por ejemplo, con el nombre de un banco nacional.
- Si va a usar su tarjeta de crédito, sólo hágalo cuando se encuentre en un sitio Internet seguro. Estos sitios tienen una letra “s” en su dirección, es decir: primero leerá el “www” y luego, antes o después del “http”, verá la “s” que le indica que este sitio cuenta con medidas de seguridad para su información.
- Nunca envíe información financiera personal en respuesta a un correo que usted no solicitó específicamente. Si un banco o tarjeta de crédito le envía un mail sin que lo haya pedido, NO responda. Tampoco incluya su número de seguridad social o el número de su cuenta bancaria en un correo electrónico.
- No confíe en correos que le lleguen sin antecedente, o cualquier otro tipo de correo que le ofrezca algo extraordinario. Recuerde la regla básica: Si suena demasiado bueno para ser verdad, es porque es mentira. Los estafadores siempre intentan ponerle tentaciones.

**Recuerde que puede beneficiarse de todas las magníficas oportunidades que le ofrece el Internet, pero a la vez debe proteger su seguridad y privacidad.**