Ciberseguridad y la Persona Adulta Mayor

ISACA Costa Rica Chapter

1) CUIDADOS EN LA SALUD

Han extremado medidas higiénicas preventivas para protegerse a ellos y sus familiares.

2) SUS RUTINAS HAN QUEDADO ATRÁS

Han encontrado en la tecnología entretenimiento, comunicación, consultas médicas y bancarias, compras, etc

3) NUEVO ESTILO DE VIDA

El uso de variados dispositivos electrónicos, con más frecuencia y mayor lapso de tiempo diario. .

4) ¡CUIDADO!

La prevención y autocuidado es la mejor protección para identificar riesgos con el uso de dispositivos.

ISACA COMMUNITY DAY
PEOPLE | SERVICE | PURPOSE

Ciberseguridad y la Persona Adulta Mayor

Consejos prácticos de seguridad. Utilícelos siempre.

1. **Asegure su Información privada**: ¡Usted es su primera línea de defensa!.

2. **Utilice contraseñas robustas:** ¡La puerta de la casa no se deja abierta!

3. Asegúrese de ingresar a **sitios de internet inicien con HTTPS**

4. **¡Cuide la salud de sus dispositivos!** Evite la infección de sus dispositivos

5. Le notifican que **ha ganado un premio: ¡No hay almuerzo gratis!**

6. Le solicitan información personal y de forma urgente por teléfono o por mensaje de texto: **¡No es la normal!**

7. Active un canal de **apoyo técnico** para aclarar sus dudas. **¡Es más económico prevenir que reparar!**

ISACA Costa Rica Chapter

WWW.ISACACR.ORG

ISACA COMMUNITY DAY
PEOPLE | SERVICE | PURPOSE

Ciberseguridad y la Persona Adulta Mayor

Consejos prácticos de seguridad. Utilícelos siempre.

1. ASEGURE SU INFORMACIÓN PRIVADA: ¡USTED ES SU PRIMERA LÍNEA DE DEFENSA!

Mantenga su información privada fuera del ámbito público.

- No escriba datos personales en redes sociales
- Verifique siempre con quien intercambia información
- No comparta ninguna contraseña ni código de acceso
- Ante la duda, deténgase, no confíe, la prevención es un arma efectiva para no "caer"

2. UTILICE CONTRASEÑAS ROBUSTAS O CÓDIGOS DE ACCESO: ¡LA PUERTA DE LA CASA NO SE DEJA ABIERTA!

- Siempre use contraseña o código de acceso para ingresar a su computadora, tableta o teléfono celular
- La contraseña debe ser lo más robusta posible, pero fácil de recordar por Usted
- Mezcle letras mayúsculas, minúsculas, use números y símbolos que Usted pueda recordar o asociar. Sin necesidad de anotarlo o pedirle a alguien más que la construya en su nombre.
- Anímese, reemplace letras por símbolos o números, algo como este: **R3mp1@c3 /3T4as (o~ sYmb0los y n#m340$**
- No utilice información conocida por otros como el nombre de su mascota, su fecha de nacimiento, número de cédula, su color favorito, la marca de su auto, otros.
- Cambie la contraseña o código de acceso periódicamente

3. ACOSTUMBRA A NAVEGAR EN INTERNET, ¡ES UNA GRAN HERRAMIENTA EN NUESTROS DÍAS!

Asegúrese de ingresar a sitios de internet que sean seguros:

- La dirección en los sitios seguros inicia con https: // _____
- Revise que en la línea de la dirección (url) se encuentre un :
- Al presionar el recibirá un mensaje de "Conexion Segura"
- Lo más recomendable es que digite el nombre del sitio de internet, cada vez que desee ingresar
- Revise los detalles antes de ingresar información de su tarjeta de débito o de su tarjeta de crédito
- Si no está seguro, no ingrese información personal o privada
- Evite la tentación de ingresar a sitios que no ofrecen seguridad. Es mejor dudar y confirmar con otra fuente confiable la información que está buscando
- Sea crítico con la información que obtiene de internet
- Piénselo dos veces antes de ingresar a cuanto sitio de internet lo invitan.

4. EVITE LA INFECCIÓN DE SUS DISPOSITIVOS Y LA PÉRDIDA DE INFORMACIÓN: ¡CUIDE LA SALUD DE SUS DISPOSITIVOS!

- Bloque la pantalla de inicio cuando no los utilice
- Mantenga actualizado el sistema operativo de su dispositivo
- No instale todo lo que le ofrezcan, analice, y decida según su necesidad
- **Instale un software antivirus**
- **Consulte este enlace para más información sobre software antivirus** https://www.av-test.org/

ISACA Costa Rica Chapter

ISACA COMMUNITY DAY
PEOPLE | SERVICE | PURPOSE

Ciberseguridad y la Persona Adulta Mayor

Consejos prácticos de seguridad. Utilícelos siempre.

5. LE SOLICITAN INFORMACIÓN PERSONAL Y DE FORMA URGENTE POR TELÉFONO O POR MENSAJE DE TEXTO: ¡NO ES LA NORMA!

Alto!, no caiga en la presión del que solicita. Si fuera de su banco, ellos ya deberían tener su información, ninguna entidad respetable le pedirá datos personales o privados por teléfono, por correo electrónico, whatsapp o messenger. Preferiblemente, llame Usted al número de contacto de su banco y verifique.
Y si le piden información de alguien más, no le toca a Usted proporcionarla.

6. LE NOTIFICAN QUE HA GANADO UN PREMIO: ¡NO HAY ALMUERZO GRATIS!

Si recibe una llamada telefónica o un mensaje de texto indicándole que ha ganado un premio o un gran descuento en su próxima compra y necesitan la información de su cuenta bancaria o el número de su tarjeta de crédito o débito para entregárselo, ¡nuevamente **ALTO! Esta es una de las formas más conocidas para estafar a las personas.** Recuerde que Usted es su primera línea de defensa y que su información privada o personal no se comparte.

7. ACTIVE UN CANAL DE APOYO TÉCNICO PARA ACLARAR SUS DUDAS. ¡ES MÁS ECONÓMICO PREVENIR QUE REPARAR!

Las tecnologías ofrecen múltiples posibilidades en esta hermosa etapa de la vida.

-Disfrútela con seguridad y manténgase informado.

ISACA Costa Rica Chapter

ISACA COMMUNITY DAY
PEOPLE | SERVICE | PURPOSE

WWW.ISACACR.ORG