

# Seguridad en Internet

## Introducción

El uso de la Internet forma parte de la vida diaria de muchas personas. Muchos se preocupan por su privacidad en línea, pero es probable que no sepan quién tiene acceso a su información. Este recurso explora formas más seguras de utilizar la Internet, la forma de gestionar la información confidencial, y alienta a los lectores a ser conscientes de qué información comparten y con quién. Si tiene inquietudes específicas acerca de su seguridad en línea, puede hablar con un defensor sobre su situación. Puede comunicarse con la Línea Directa del Estado de Virginia las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por teléfono al 1-800-838-8238, por mensaje de texto al 804-793-9999 o por chat en [vadata.org/chat](https://vadata.org/chat).

## En la Internet: navegación privada y borrado del historial

El uso de ventanas privadas en su navegador de Internet tiene varias ventajas. La mayoría de los navegadores privados no almacenan su historial de navegación. Esto significa que otras personas no deberían poder ver los sitios que usted visita o las búsquedas que hace. Tenga en cuenta que esto no ofrece privacidad en la navegación si su dispositivo está siendo monitoreado de otras maneras (por ejemplo, a través de un programa espía, una grabación de vídeo, etc.). En esta sección, se explicará cómo abrir una ventana privada y borrar las entradas de su historial en diferentes navegadores de Internet. Asegúrese de salir de todas las ventanas de navegación, tanto en las computadoras de escritorio como en los dispositivos móviles, cuando haya terminado.

### Google Chrome

Para abrir una ventana privada o de "incógnito", utilice estas teclas de acceso rápido en una computadora:

- En las computadoras con Windows, Linux o Chrome OS, presione "Ctrl", "Shift" y "N" al mismo tiempo.
- Para las computadoras con Mac OS, presione "⌘" (comando/cmd), "Shift" y "N" al mismo tiempo.

Para abrir una pestaña de "incógnito" en su dispositivo móvil, presione el ícono de Chrome y seleccione "Nueva pestaña de incógnito".

Para borrar el historial del navegador de la computadora de escritorio, utilice las teclas de acceso rápido "Ctrl" y "H". Desde aquí, puede elegir las entradas individuales que quiere borrar de su historial. Marque la casilla a la izquierda de una entrada que quiera borrar y haga clic en "Borrar".

Para borrar el historial de navegación en su dispositivo móvil, abra la aplicación de Chrome. Haga clic en el Menú y, luego, seleccione "Historial". Desde aquí, puede marcar las entradas individuales para borrarlas.

[Para obtener más ayuda, puede visitar la página de soporte de Chrome.](#)

#### Mozilla Firefox

Para abrir una ventana privada, puede utilizar estas teclas de acceso rápido en una computadora:

- Para Windows, Linux o Chrome OS, presione "Ctrl", "Shift" y "P" al mismo tiempo.
- Para Mac OS, presione "⌘" (comando/cmd), "Shift" y "P" al mismo tiempo.

Para abrir una ventana privada en su dispositivo móvil, presione el ícono de Firefox y seleccione "Nueva pestaña privada".

Para borrar entradas individuales en su computadora de escritorio, haga clic en el Menú. Seleccione "Historial" y, luego, "Administrar historial". Desde aquí, puede buscar por nombre los sitios web que quiera eliminar, hacer clic con el botón derecho en ellos y elegir "Olvidar este sitio web".

Para borrar entradas individuales de su dispositivo móvil, abra la aplicación de Firefox y haga clic en el Menú. Seleccione "Historial". Desde aquí, puede marcar las entradas individuales para borrarlas.

[Para obtener más ayuda, puede visitar la página de soporte de Firefox.](#)

#### Microsoft Edge

Para abrir una ventana privada o "InPrivate", puede utilizar estas teclas de acceso rápido en una computadora:

- En las computadoras con Windows, Linux o Chrome OS, presione "Ctrl", "Shift" y "N" al mismo tiempo.

- Para las computadoras con Mac, presione “⌘” (comando/cmd), “Shift” y “N” al mismo tiempo.

Para abrir una ventana privada en su dispositivo móvil, presione el ícono de Edge y seleccione "Nueva pestaña privada".

Para borrar entradas individuales en Edge desde su computadora de escritorio, utilice las teclas de acceso rápido "Ctrl" y "H". En la ventana de Historial, puede pasar el cursor sobre las entradas individuales, lo que revelará una "x" a la derecha de cada entrada. Haga clic en la "x" para borrar una entrada.

Para borrar entradas individuales de su dispositivo móvil, abra la aplicación de Edge. Haga clic en el Menú y seleccione "Historial". Desde aquí, puede marcar las entradas individuales para borrarlas.

[Para obtener más ayuda, puede visitar la página de soporte de Edge.](#)

#### Apple Safari

Para abrir una ventana privada, puede utilizar estas teclas de acceso rápido en una computadora:

- Para las computadoras con Mac, presione “⌘” (comando/cmd), “Shift” y “N” al mismo tiempo.

Para abrir una pestaña privada en su dispositivo móvil, presione el ícono de Safari y seleccione "Nueva pestaña privada".

Para borrar su historial del navegador desde su computadora de escritorio, utilice las teclas de acceso rápido “⌘” (comando/cmd) e “Y” para ver su historial de navegación completo. Desde aquí puede mantener presionada la tecla "Ctrl" y seleccionar una entrada individual en su historial del navegador; luego, puede elegir "Borrar" en el menú desplegable.

Para borrar entradas individuales de su dispositivo móvil, abra la aplicación de Safari y haga clic en el ícono de Favoritos. Desde aquí, seleccione el ícono del Historial. Deslice el dedo hacia la izquierda sobre las entradas que quiera borrar.

[Para obtener más ayuda, puede visitar la página de soporte de Safari.](#)

## Sus dispositivos: ¿Quién tiene acceso?

Es importante saber quién tiene acceso a su teléfono, su computadora y demás dispositivos tecnológicos. Existen varias formas en las que alguien puede haber obtenido acceso. Puede que haya compartido las credenciales de inicio de sesión (como su contraseña) con alguien. Alguien puede haber accedido a sus credenciales de inicio de sesión sin su consentimiento. Alguien puede haber instalado un programa espía en su dispositivo. Piense quién puede tener acceso a sus dispositivos antes de tratar asuntos delicados.

Si le preocupa que alguien pueda estar monitoreando sus dispositivos, puede tratar los asuntos delicados o confidenciales en un dispositivo diferente. Hay varias opciones a considerar. Puede utilizar una computadora que sea gratuita para el público, como las que se encuentran en las bibliotecas públicas. También puede pedirle prestado su dispositivo a alguien de confianza, como un amigo o un familiar. Puede comprar un dispositivo aparte que solo usted conozca. Si traslada asuntos delicados a un dispositivo aparte, puede seguir utilizando su(s) dispositivo(s) original(es) como lo haría normalmente. Los cambios significativos en sus hábitos pueden alertar a la persona que monitorea el dispositivo de que usted es consciente de que lo están monitoreando. Esto podría hacer que la persona se enoje o intensifique la violencia.

## Una forma más segura de estar en línea: una conexión segura a Internet

Una conexión segura a Internet puede ayudar a protegerlo a usted y a sus datos de las amenazas externas. Si utiliza una conexión que está bajo su control, como un punto de acceso o router personal, hay medidas que puede tomar para mantenerla más segura. Una de ellas es proporcionar a esta conexión una contraseña fuerte y evitar compartirla ampliamente. Es bueno cambiar la contraseña periódicamente, especialmente si hay personas que no quiere que tengan acceso a su conexión de Internet. Las redes abiertas son conexiones que no tienen una contraseña ampliamente conocida. Sea prudente al utilizar redes abiertas.

Los sitios web que tienen el "HTTPS" al principio de sus URL se consideran más seguros que los que no lo tienen. Si utiliza una computadora, la mayoría de los navegadores le indicarán que un sitio no es seguro si no utiliza el "HTTPS". Si utiliza un teléfono, asegúrese de hacer clic en la URL del sitio y busque el "HTTPS"

en lugar de "HTTP". Recuerde que la "S" significa "seguro". Si puede convertir su propio teléfono en un punto de acceso, eso puede ser una buena forma de utilizar una red más segura cuando esté en público.

## Conclusión

Los consejos de este recurso son sugerencias para utilizar la tecnología de forma más segura. El objetivo es dotarlo de los conocimientos necesarios para tomar decisiones informadas sobre cómo utilizar la Internet de la forma más segura posible. Si tiene preguntas o inquietudes, puede comunicarse con la Línea Directa del Estado de Virginia para ponerse en contacto con un defensor y tratar su situación. Los defensores están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por teléfono al 1-800-838-8238, por mensaje de texto al 804-793-9999 o por chat en [vadata.org/chat](https://vadata.org/chat). Todos los servicios son gratuitos y confidenciales, y se encuentra disponible la interpretación de idiomas.