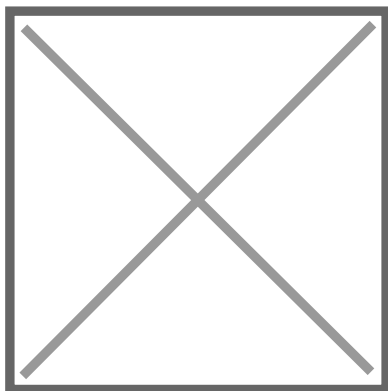




Cómo eliminar tu información personal de Internet

Descripción

1. Utilice las funciones de seguridad de sitios web, hardware y aplicaciones.

Hay algunos pasos básicos que puede seguir para protegerse mejor en línea. Comience deshabilitando las cookies en los sitios web que visita y utilizando las funciones “No rastrear” de su navegador favorito. Otro buen método es utilizar el modo privado de su navegador.

También debes estar atento al descargar nuevas aplicaciones. Verifique la configuración de privacidad de cada nueva aplicación para controlar qué información recopila y comparte. Tenga especial cuidado con las aplicaciones de juegos, ya que suelen recopilar y compartir datos.

2. Desinstale las aplicaciones no utilizadas de su teléfono inteligente, tableta y computadora

Las aplicaciones de sus dispositivos móviles y ordenadores suelen ser algo más que pequeñas ayudas en la vida cotidiana: en muchos casos recopilan una gran cantidad de datos de usuario. Cuanto más acceso tengas que autorizar para una aplicación, más problemático será.

Sin embargo, antes de simplemente eliminar aplicaciones no utilizadas, primero debes eliminar tus datos de los sistemas del proveedor. Puedes hacer esto de la siguiente manera:

- Abra la configuración de la aplicación en su dispositivo y descubra cómo se recopilan y utilizan sus datos.
- Desactive todas las opciones de recopilación de datos.
- Si es necesario, inicie sesión en la cuenta que creó para usar la aplicación, elimine sus datos personales y desactive o cierre la cuenta.

La próxima vez que descargues una nueva aplicación, primero revisa la configuración de privacidad. Si una aplicación solicita demasiada información, es mejor buscar una aplicación alternativa.

3. Eliminar direcciones de correo electrónico antiguas

Por supuesto, este punto sólo es relevante si tienes direcciones de correo electrónico que ya no utilizas. Sin embargo, este es un factor de seguridad enorme.

Las direcciones de correo electrónico son un archivo de información personal, desde mensajes privados y recibos de compras hasta datos bancarios y de salud confidenciales. Por lo tanto, una cuenta de correo electrónico pirateada puede tener consecuencias de gran alcance.

Para eliminar una cuenta de correo electrónico antigua, siga las instrucciones de su proveedor de correo electrónico, que normalmente puede encontrar en la configuración de la cuenta. Antes de cerrar una cuenta permanentemente, siempre debes hacer una copia de seguridad de todos los datos importantes, como fotografías y documentos, ya que una cuenta no se puede restaurar una vez eliminada.

4. Eliminar información personal de Google

Google es el motor de búsqueda más popular del mundo y, lamentablemente, también el mayor comerciante de datos (¿de qué otra manera podría Google ofrecer sus numerosos servicios de forma gratuita)? Afortunadamente, eliminar su información de los resultados de búsqueda de Google es relativamente sencillo. Aquí hay algunas maneras en que puede hacerlo:

- Póngase en contacto con Google para eliminar información personal de los resultados de búsqueda.
- Siga las instrucciones para eliminar información o imágenes obsoletas de sitios web que aparecen en los resultados de búsqueda de Google.
- le permite solicitar la eliminación de datos personales específicos o de contenidos que podrían utilizarse indebidamente para doxing (la publicación intencionada de datos personales en perjuicio del interesado).

Sin embargo, tenga en cuenta que nunca se puede garantizar al 100 por ciento que sus datos se eliminen de Internet, especialmente si continúa utilizando las redes sociales, su nombre está asociado con una empresa o si es una personalidad conocida.

5. Cierre sitios web antiguos y cuentas no utilizadas.

A todos nos ha pasado: creamos rápidamente una cuenta en una tienda online para obtener un pequeño descuento o envío gratuito. Es igual de fácil crear perfiles en plataformas de redes sociales o configurar blogs personales. Pero a menudo nos olvidamos de estas cuentas una vez que han cumplido su propósito. Nuestros datos personales se acumulan allí, desde nuestra dirección hasta la información de pago.

El primer paso para limpiar su huella digital es eliminar las cuentas no utilizadas. Piensa qué tiendas online utilizas realmente habitualmente y elimina las demás. La próxima vez que realices una compra, suele ser mejor elegir la opción de invitado para evitar acumular nuevos datos innecesariamente.

Es similar con las cuentas de redes sociales. Es posible que tengas un perfil antiguo de Myspace o que est  s registrado en plataformas como Facebook e Instagram que ya no utilizas. Incluso si no ha estado activo all   durante años, es posible que aún se pueda acceder a sus datos. Cerrar dichas cuentas inactivas ayuda a minimizar su presencia en línea.

Piense también en sus blogs o sitios web antiguos.    Siguen actualizados?    Muestran datos que preferir  s mantener privados hoy? La información personal a menudo se puede encontrar en sitios web antiguos y en foros en los que sol  a estar activo. Una verificación periódica y, si es necesario, cerrar o actualizar estas páginas puede ayudar a proteger mejor sus datos.

6. Elimine sus datos de los corredores de datos

Los corredores de datos son empresas que trabajan entre bastidores y se especializan en recopilar, agrupar y revender sus datos personales. Estos datos van desde su nombre y edad hasta información más sensible como su salud o sus ingresos. Los corredores de datos rastrean su actividad en línea a través de redes sociales, aplicaciones y sitios web de comercio electrónico, así como su actividad fuera de línea a través de documentos públicos y tarjetas de fidelidad.

Cada vez que buscas en Internet, utilizas aplicaciones o interactúas en plataformas de redes sociales, generas datos que pueden terminar fácilmente en manos de estas empresas. Los corredores de datos utilizan software de seguimiento web instalado en la mayoría de los sitios web y aplicaciones para realizar un seguimiento de sus actividades en línea, como clics, visitas a páginas e incluso movimientos del mouse. Luego, esta información se utiliza para analizar su comportamiento de compra e intereses y clasificarlo en categorías de consumidores específicas.

   Quién compra estos datos?, te preguntarás. La respuesta va desde agencias de publicidad y partidos políticos hasta instituciones financieras y empleadores potenciales. Esta información se puede utilizar para orientar anuncios, evaluar su solvencia crediticia o incluso evaluar su idoneidad como inquilino.

Pero,    cómo escapar de esta red de vigilancia digital? Una opción es eliminar manualmente sus datos, pero esto puede llevar mucho tiempo ya que existen innumerables intermediarios de datos. Una alternativa más eficiente la ofrecen servicios como [AVG BreachGuard](#) o , que se especializan en eliminar sus datos de las listas de intermediarios de datos. Supervisan continuamente su privacidad en línea y le informan si sus datos personales est  n en riesgo. Sin embargo, incluso estos servicios sólo pueden cubrir algunos de los intermediarios de datos, por lo que algunos de sus datos pueden permanecer en circulación.

Autor
admin