

# Contraseñas seguras y su almacenamiento

## Contraseñas seguras ¿Cómo?

Tener una contraseña robusta reduce considerablemente el riesgo de sufrir muchos tipos de ataques o que personas sin autorización consigan los accesos a los sistemas de la empresa.

Es importante destacar que las contraseñas **no pueden ser compartidas**, además, no es aconsejable utilizar la misma para distintas cuentas o accesos.

En el caso de que queramos reforzar esta seguridad siempre podemos implementar un doble factor.

Una contraseña es **robusta** cuando cumple los **siguientes parámetros**:



- Longitud mínima de **12 caracteres**
- Letras **mayúsculas**
- Letras **minúsculas**
- Incluir algún **número**
- Al menos un **símbolo**

Para generar contraseñas se aconseja utilizar gestores de contraseña. En el caso de que no sea posible, siempre se podrán utilizar **reglas mnemotécnicas**:

1. Escoge una frase: "**erase una vez**"
2. Añade mayúsculas al gusto: "**Erase unA Vez**"
3. Incluye el servicio para el que lo utilizas: "**Erase unA Vez correo**"
4. Añade números o sustituye letras por números: "**3rase unA Vez correo 2024**"
5. Añade caracteres especiales: "**3rase unA Vez correo 2024!**"
6. Comprime la frase utilizando, por ejemplo, la primera letra de cada palabra: "**3uVc2024!**"

## Doble factor de autenticación (2FA)

### ¿Qué es?

Es un **método de seguridad** que añade una capa adicional de protección a tus cuentas y datos. Al utilizar 2FA incluyes un **segundo factor** de verificación **para** poder **acceder** a los datos.

### Ejemplos de doble factor:

- Aplicaciones (Google o Microsoft Authenticator)
- Biometría

## Gestores de contraseñas

Los gestores de contraseñas son **herramientas** diseñadas para almacenar, generar y **gestionar contraseñas** seguras de manera centralizada.

Permiten a los usuarios generar contraseñas seguras, mantenerlas organizadas y protegidas y, además, **elimina la necesidad de recordar** múltiples contraseñas complejas.

Implementar el doble factor de autenticación es una **medida sencilla** pero extremadamente **eficaz** para proteger tus cuentas y datos personales. Con 2FA, puedes estar seguro de que tu **información** está **protegida** frente a posibles ataques cibernéticos.