

Índice

Prólogo por Silvia Barrera 11

Introducción

¿Por qué es importante la seguridad digital? 15

Capítulo I

Buenas prácticas de higiene digital 23

1. Contraseñas: la llave de entrada a tu vida digital.....24

Las contraseñas son como la ropa interior27

Construye contraseñas robustas.31

2. Verificación en dos pasos: 2FA como capa extra de seguridad.36

Dos códigos a conservar en un lugar seguro: IMEI e ICC.....38

3. Copias de seguridad: un flotador en caso de hundimiento.....40

¿Es seguro guardar archivos en la nube? La nube es un trastero42

4. C1fr4d044

5. Antivirus: no es un escudo antimisiles pero protege.....46

6. En cámara tapada no entran extraños.....47

Cámaras IP, mantén su seguridad a raya51

7. Router: configura sus murallas.....53

8. Un condón USB en el bolsillo57

Las memorias USB desconocidas se miran con recelo58

9. Borrado seguro: formatea y vuelve a formatear60

10. Documentación personal	61
Cómo proteger las copias del DNI: marca de agua y más	66

Capítulo II

Amenazas de seguridad en la red (más) habituales 71

1. Engaños y estafas online, un suculento negocio	74
Timo de la llamada perdida, ¿Dígame?	75
Al rico SMS premium	76
Falso soporte técnico al rescate	80
Muleros bancarios: víctima y estafador, todo en uno	81
Timo 419: cartas nigerianas para todos los gustos	83
El filón de las estafas románticas; de la carta al Tinder	85
2. El phishing y sus variantes, la pesca intensiva de nuevas víctimas	90
Phishing, un suma y sigue	90
Smishing, hay un mensajito nuevo	94
Vishing, atiende el teléfono	99
Qrishing, el peligro oculto tras escanear un QR	101
3. Ransomware, el secuestro virtual que no cesa	103

Capítulo III

Riesgos digitales que acechan a todos 107

1. La cara y la cruz de la sobreexposición	110
Oversharing, el riesgo de pregonar la vida en internet	112
Sharenting, exponer a los menores sin despeinarse	122
Doxing, la exposición no autorizada	126
2. Contenidos inapropiados, resultados inesperados	131
Retos virales, la vida en juego	135
¿Jugamos? ¿Apostamos?	139
Ana y Mia, las princesas indeseables	143
3. Ciberacoso, el acoso que trasciende el entorno digital	148
4. De la sexualidad exhibida a la sexualidad chantajeada	154
Del envío de ftop**** al acoso sexual en línea	154
Sexpreading, la exposición íntima denunciabile	156

Sexting, exhibirse enviando el pack implica riesgos	158
Sextorsión, el chantaje sexual en auge.....	163
5. Cibercontrol, el riesgo de dejarte OFF.....	170
6. Grooming, depredadores de la inocencia.....	172
Epílogo por Ángel Pablo Avilés ‘Angelucho’	179
Apéndice.	
Recursos educativos y sitios de interés.....	181

