



## CONTRASEÑAS: IMPORTANCIA Y UTILIDAD PRÁCTICA

Considerando la gran cantidad de información privada que día a día guardamos en dispositivos electrónicos y subimos a la web, **es de vital importancia contar con métodos y estrategias eficaces para asegurarnos de que dicha información permanezca segura y disponible** siempre que la necesitemos.

Una de esas estrategias es el uso de contraseñas. Seguramente, entre el trabajo, estudios, cuestiones de la vida cotidiana y entretenimiento, dispongas de al menos –y casi seguro– que son más– cinco cuentas de diversos servicios o aplicaciones que requieran del uso de una clave. Y seguramente también, te resulte dificultoso encontrar contraseñas lo suficientemente complejas –lo que en la jerga se le suele decir “robustas”– y fáciles de recordar para que cumplan con su función.

Por eso, aquí te daremos una serie de consejos y técnicas de sencilla aplicación para que a partir de ahora, puedas construir y/o modificar tus claves rápidamente, teniendo la tranquilidad de que las mismas serán verdaderamente seguras y podrás recordarlas siempre.

**Por más que la tarea de pensar y recordar contraseñas nos resulte pesada, debemos tener presente que en la mayoría de los casos las claves son la primera barrera que protege nuestra información.**

### Principios básicos de las contraseñas

1. Lo primero que hay que saber es que **para que una contraseña sea segura** debe cumplir con las siguientes condiciones:
  - Estar compuesta como mínimo de entre 8 a 15 caracteres, ya que cuanto más extensa sea, más difícil será de adivinar.
  - Tener letras tanto MAYÚSCULAS como minúsculas.
  - Contar con caracteres especiales como: \$ & % ! # ? \*
  - Utilizar números del 0 al 9.

2. Por otro lado, **una buena contraseña jamás debe:**

- Estar formada por números y/o letras que sean consecutivas y/o adyacentes en el teclado, como: 123456, qwerty, abcdef, etc.
- Utilizar caracteres repetidos, ejemplos: bbb123, abc222, FFF123AAA.
- Contener información personal que sea fácil de averiguar y/o deducir, como fechas de cumpleaños, nombres de hijos, padres o hermanos, equipos de fútbol, bandas favoritas, etc.
- Ni contener palabras existentes y significativas en algún idioma, o sea, no es aconsejable utilizar ninguna de las palabras que usás para comunicarte en español ni en ninguna otra lengua que utilices.

Posiblemente este consejo te parezca excesivo y difícil de seguir pero en realidad es importante, dado que existen ataques llamados “diccionario” y “por fuerza bruta” que consisten simplemente en ir probando con distintas palabras que figuran en los diccionarios de los diferentes idiomas y/o con palabras de uso común hasta adivinar la contraseña buscada. Para peor, en la mayoría de los casos, estos ataques se llevan a cabo por medio de programas diseñados especialmente, que permiten realizar las pruebas de las múltiples opciones posibles a gran velocidad.

---

**Dada la gran cantidad de información que hoy en día tenemos online, no debemos olvidar que podría haber muchas personas interesadas en descubrir nuestras contraseñas para acceder a ella.**

---

La buena noticia es que si aplicás las técnicas que te sugerimos desde **BA-CSIRT**, vas a ver que dejar de usar palabras existentes en tus contraseñas no te resultará para nada complicado.

**Partir de una frase**

Este método consiste en partir de una frase significativa que tenga algún valor especial para vos y garantice que siempre la recuerdes (puede ser cualquier oración que, en lo posible, contenga números) y luego, utilizar las iniciales de cada palabra, respetando las minúsculas y mayúsculas e incluyendo los números.

Por ejemplo, aquí vamos a utilizar la oración “*el argentino Bernardo Houssay ganó el premio Nobel de Fisiología y Medicina en 1947*”. Aplicando la técnica, esta frase convertida en contraseña quedaría así: **eaBHgepNdFyMe1947**. Como ves, nos queda una contraseña lo suficientemente extensa, sin palabras significativas y que contiene números, minúsculas y mayúsculas. Para completarla y volverla óptima, te recomendamos agregarle algún carácter especial en cualquier parte, como el signo %. De ese modo y siguiendo el ejemplo, la clave terminada quedaría así: **eaBHgepNdFyMe1947%**.



Desalentamos guardar en los navegadores las claves de acceso a cuentas online.



Recomendamos tratar de memorizar las contraseñas y no anotarlas en ningún sitio.

### Mezclar una palabra y un número

Este método, consiste en elegir alguna palabra existente; como por ejemplo *“espectacular”*, y un número que te acuerdes, como la fecha de cumpleaños de algún amigo o familiar; supongamos: **05/08/1943**. Una vez elegidos, lo primero que debés hacer es sacarle las vocales a la palabra en cuestión; en este caso quedaría así: spctclr. Luego, convertí alguna de las letras en mayúsculas (si la palabra que habías elegido ya tenía, dejala y convertí en mayúscula, al menos, una letra más). Aquí quedaría, por ejemplo: sPctcLr. Una vez hecho esto, intercalá las letras y los números. Siguiendo nuestro ejemplo, obtendríamos el siguiente resultado: 0s5P0C8t1c9L4r3. Finalmente, agregale un carácter especial y listo. Nuestra clave terminada quedaría así: **\$0s5P0C8t1c9L4r3**.

### Adaptar las contraseñas y ampliar su variedad

Con esta última estrategia, podrás tener contraseñas diferentes para cada una de tus cuentas acordándote solamente de una.

La idea es la siguiente: habiendo creado una clave a partir de la utilización de cualquiera de los métodos anteriores, agregarles las iniciales de cada servicio o aplicación para el cual necesites usar la clave. De ese modo, tus contraseñas serán todas diferentes, seguras y de fácil memorización.

Para que veas como quedarían, a continuación te mostraremos ejemplos partiendo de las claves que fuimos construyendo a lo largo de este boletín, a saber: eaBHgepNdFyMe1947% y \$0s5P0C8t1c9L4r3.

#### Para una cuenta de Facebook:

- **Opción 1:** eaBHgepNdFyMe1947%-FB o FB\_eaBHgepNdFyMe1947% o fb. eaBHgepNdFyMe1947%, y las variantes que se te ocurran.
- **Opción 2:** \$0s5P0C8t1c9L4r3\*FB o \$0s5P0C8t1c9L4r3\_fb o FB/\$0s5P0C8t1c9L4r3, etc.

#### Para una cuenta de correo personal (es decir, no laboral):

- **Opción 1:** eaBHgepNdFyMe1947%·CP o CP//eaBHgepNdFyMe1947%, etc.
- **Opción 2:** \$0s5P0C8t1c9L4r3\_cp o cp-\$0s5P0C8t1c9L4r3, etc. ■