

## **¿Eres una persona adulta mayor? Así puedes proteger tus datos personales**

El Instituto Nacional de Transparencia, Acceso a la Información y Protección de Datos Personales (INAI) ofrece a las personas adultas mayores una serie de recomendaciones generales para proteger su privacidad y sus datos personales al navegar por internet o hacer uso de aparatos electrónicos como el teléfono celular.

Los datos personales es la información que se relaciona con nuestra persona y que nos identifica, como puede ser el nombre, los apellidos, el número de teléfono, el correo electrónico o la CURP (Clave Única de Registro de Población). Es información que nos describe, que nos da identidad, nos caracteriza y diferencia de otros individuos.

El INAI publicó un [Decálogo de protección de datos personales para personas adultas mayores](#) con la finalidad de que las personas usuarias de tecnología reduzcan la posibilidad de ser víctimas de vulneraciones de datos, fraude o robo de identidad. De ese decálogo se desprenden las siguientes recomendaciones:

1. Si vas a realizar algún trámite en línea o de manera presencial, pide apoyo de personas de confianza, ya que se tratarán tus datos personales.
2. Utiliza contraseñas difíciles para proteger los aparatos electrónicos que usas, el acceso a tus redes sociales y a tus correos electrónicos.
3. Evita proporcionar tus datos personales a través de llamadas telefónicas. No compartas información de identificación personal como números del IMSS o del ISSSTE, de tarjetas de crédito o información bancaria.
4. Lee el Aviso de Privacidad antes de proporcionar cualquier dato personal. Este documento debe indicar qué uso se dará a la información que entregues para recibir un bien o servicio.
5. Ingresa a páginas de internet oficiales de establecimientos reconocidos. Si necesitas realizar un pago, comprueba que las opciones digitales sean seguras. Pide apoyo de personas de confianza.
6. Evita abrir correos electrónicos y documentos adjuntos o enlaces que envían personas que no conoces.
7. Evita dar tu información personal, financiera o de salud a desconocidos o a través de las redes sociales o llamadas telefónicas. No respondas llamadas de números desconocidos.

8. Borra tus datos personales de los aparatos electrónicos que dejaste de usar. Si vas a tirar documentos a la basura, asegúrate de hacer ilegible cualquier información personal.
9. Tómate un minuto antes de compartir tus datos personales. Reflexiona sobre las posibles consecuencias de proporcionar información personal.

El Decálogo de protección de datos personales para personas adultas mayores del INAI puede descargarse de la siguiente dirección:

<https://home.inai.org.mx/wp-content/documentos/SalaDePrensa/Comunicados/decalogo-datos-personales-personas-adultas.pdf>