



Què has de saber les contrasenyes?

CLAUS

- * Usar contrasenyes robustes
- * Usar un gestor de contrasenyes
- * Usar patrons per recordar i crear contrasenyes segures
- * No usar sempre la mateixa contrasenya

PERILLS

- * Poden accedir als teus serveis i informació personal
- * Usar la mateixa contrasenya en diferents serveis
- * La teva privacitat es pot veure compromesa
- * No canviar la contrasenya amb periodicitat et fa vulnerable

*Font: AEPD

RECOMENACIONS

Evitar usar patrons com:

- Reciclatge de contrasenyes
- Crear contrasenyes en funció del teclat como por exemple "123456" o "qwerty"
- Usar expressions fetes com "iloveyou"
- Lletres majúscules seguides de minúscules i acabar amb un número o un símbol, como por exemple "Pymelegal10!"

No apuntar les contrasenyes en paper i molt menys deixar-les la vista. No compartir-les, millor usar un gestor o regles mnemotècniques per recordar-la amb facilitat.

No usar paraules com "contrasenya" o "admin" o evitar dades personals que a través d'enginyeria social son fàcils de desxifrar.

Llargada mínima de 8 caràcters: amb majúscules, minúscules, caràcters especials, números i no reutilitzar-les.