

¿Cómo limpiar tu celular externa e internamente?

Por: Paola A. PROTEGE.LA. 27/11/2020

¿Por qué hacer limpieza y desinfección de mis equipos?

Tanto celulares y otros dispositivos como tablets y laptops, guardan suciedad; y en estos momentos, [hay estudios que indican que el virus COVID-19 puede subsistir en una superficie](#) desde unas pocas horas hasta varios días. Aunque ésta no es la forma más común de contagio, lo mejor es prevenir y desinfectarlos regularmente, pues los usamos a diario.

Limpiar y desinfectar nuestros equipos es un hábito de higiene, no sólo en tiempos de pandemia.

Primero limpiar y después desinfectar

Para limpiar tus equipos, utiliza un paño que no genere pelusa y que esté ligeramente húmedo para retirar la suciedad superficial. Después de limpiarlo, desinfecta:



¿CÓMO DESINFECTAR TU EN TIEMPOS DE COVID

1. Apaga tu celular y
retira cables y funda



2. Limpia
hum
par

3. Humedece una tela anti-
pelusa con solución 50%
agua 50% alcohol



5. Puedes limpiar la funda con
agua y jabón y dejarla secar

4. Pásala por
cuidando la
y entradas

EVITA USAR
Cloro, Alcohol

Ahora una limpieza interna o detox digital

¡También puedes aprovechar para hacer una limpia digital de tu celular! Aquí 6 recomendaciones de cómo empezar tu limpia o [detox digital](#). Antes de hacerlo, considera que quizás te tome un rato, especialmente si tienes mucho sin hacer una.

Una forma de hacerlo divertido es volverlo parte de un ritual:

- Prepara tus snacks o bebidas favoritas
- Una buena playlist
- Y sigue estos pasos:



RITUAL DE LIMPIEZA DIGITAL

1



Prepárate tu bebida favorita y una buena playlist :)

4



Cambia a cOntra\$eñas seguras y cambia tus cuentas en línea por un gestor de contraseñas

2



Elimina las apps que ya no usas

5



Elimina contactos o aplicaciones del celular y redes sociales que no uses

3



Depura tus archivos: ¡borra y/o respalda lo que quieras conservar!

6



Abandona y elimina cuentas inactivas

Otros recursos para tu limpieza:

- Esta guía es sólo una pequeña parte del [Detox Digital para tu celular](#). Ya que estas aquí, aprovecha para actualizar tu sistema operativo y otros [básicos de seguridad digital](#).
- También te compartimos una checklist para descargar y hacer una limpieza interna más profunda: [Formato-limpieza-detox-digital](#)
- Más info sobre cómo organizar tus datos y mejorar tus cuidados digitales: <https://protege.la/checklists/> – <https://datadetoxkit.org/>

[LEER EL ARTÍCULO ORIGINAL PULSANDO AQUÍ](#)

Fotografía: BBC.com

Fecha de creación

2020/11/27