

LECCIÓN 3.2 / ENTENDER Y PRACTICAR

Tu privacidad y tus datos

Aprende qué datos personales no debes compartir nunca con una IA y cómo pedir ayuda sin exponerte.



01 · Reconocer / 02 · Sustituir / 03 · Repasar

01 Reconocer – Reconoce tus datos delicados.

La AEPD aconseja no subir a una IA tu nombre completo, dirección, teléfono, DNI/NIE o una foto tuya: podrían filtrarse en internet o aparecer en buscadores. Tampoco datos médicos o financieros, ni de otras personas. Y, por prudencia, no escribas nunca contraseñas.

02 Sustituir – Cambia los datos por ejemplos.

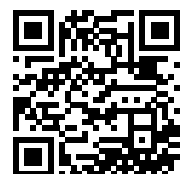
Si quieres ayuda con una carta o un problema real, cuéntalo como un caso ficticio, sin nombres ni direcciones: «Una vecina de 70 años...». La AEPD recomienda describir un caso inventado y evitar detalles que permitan identificarte.

03 Repasar – Repasa antes y borra después.

Relee tu mensaje antes de enviarlo y comprueba que no lleva ningún dato personal, tuyo o de otras personas, ni fotos de terceros, sobre todo de menores. Después, mira si puedes borrar la conversación y hazlo a menudo, como aconseja la AEPD.

Qué preparar : Una carta en papel a la que quieras responder (de la comunidad de vecinos, una tienda o una asociación), un rotulador y tu tableta o móvil con un asistente de IA.

Mira el vídeo de esta lección
aprende.webautonomos.es/ia/3-2



Tachar. Disfrazar. Comprobar.

Tu ejercicio

Coge la carta y tacha con el rotulador todo lo que pueda identificar a alguien: nombres, direcciones, teléfonos y números. Sin hacerle una foto, cuenta a la IA lo que dice como un caso inventado y pídele ayuda para responder, sin escribir ningún dato real.

La señal de progreso

Tu mensaje a la IA no lleva ningún nombre, dirección, teléfono ni número real, y aun así la respuesta te sirve para contestar la carta.

Si te cuesta

Empieza por un solo tipo de dato, por ejemplo los nombres. Si dudas de uno, trátalo como delicado y cámbialo por algo genérico como «una persona».

Tenlo en cuenta

Si ya has compartido un dato, borra la conversación, aunque la empresa puede guardarla un tiempo. Si era una contraseña, cámbiala; si era del banco, avisa a tu banco. Ante la duda, llama al 017 de INCIBE, un teléfono gratuito.

Tu cuaderno de trabajo

Un dato que antes habría compartido sin pensar :

Cómo lo cambié por un ejemplo inventado :

Lo que revisaré siempre antes de enviar :

Una duda que quiero consultar con alguien :
