



MANUAL

DE RECUPERACIÓN DE CUENTA

2022

GMAIL

¿OLVIDÓ EL EMAIL CON EL CUAL SE REGISTRÓ?

Descubra como actualizar su email.

¿OLVIDÓ LA CONTRASEÑA?

Obtenga el código de verificación necesario para actualizar su contraseña.

DESCUBRA MÁS ESCANEANDO
EL CÓDIGO QR





TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN4

MANUAL DE
RECUPERACIÓN DE
CUENTA GMAIL5

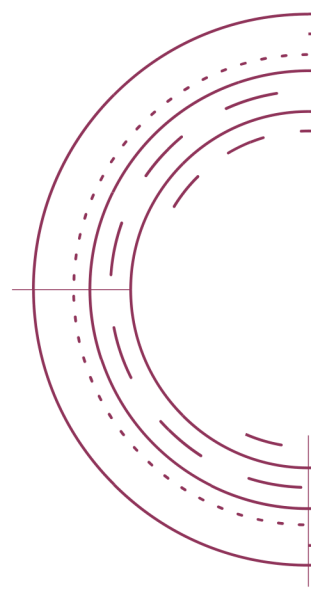
¿OLVIDÓ SU
CONTRASEÑA?5

¿OLVIDÓ EL EMAIL
CON EL CUAL SE
REGISTRÓ?6

GLOSARIO8

REFERENCIAS9

CONTACTO9





ÍNDICE DE IMÁGENES

IMAGEN 1. INICIO
SE SESIÓN EN
GMAIL5

IMAGEN 2: ENVÍO
DE CÓDIGO SE
SEGURIDAD5

IMAGEN
3. OPCIONES DE
RECUPERACIÓN
DE CUENTA.6

IMAGEN 4:
SELECCIÓN DE
MÉTODO DE
RECIBIMIENTO
DE CÓDIGO DE
VERIFICACIÓN.6

IMAGEN 5. SOLICITUD
DE DATOS DE
USUARIO GMAIL6

IMAGEN 6: OBTENCIÓN
DE CÓDIGO DE
VERIFICACIÓN.7

IMAGEN 7: INSERCIÓN
DE CÓDIGO DE
VERIFICACIÓN7

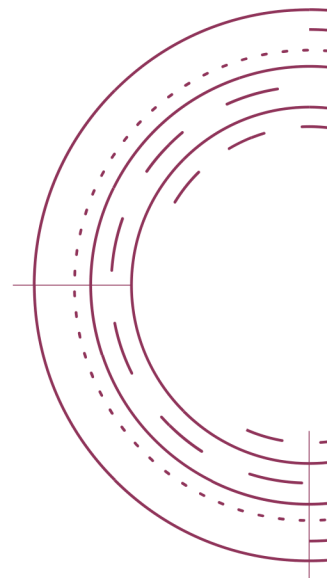


INTRODUCCIÓN

GMAIL

Gmail es un servicio gratuito de email soportado por Google, como muchos otros servicios, con Gmail se puede enviar y recibir correos electrónicos, bloquear mensajes de spam, crear una lista de contactos. Google también incluye con este servicio muchas otras herramientas que hacen que este destaque entre la competencia y sea un servicio muy popular en el mundo.

Gmail es bastante útil, ya que puede ser utilizado para actividades como el trabajo, el estudio y en el ámbito personal, debido a sus distintos servicios que ofrece, este tiene acceso a nuestra información personal, por ello, es necesario tener control del acceso de la cuenta o cuentas que se tenga.





MANUAL DE RECUPERACIÓN DE CUENTA GMAIL

I. ¿OLVIDO SU CONTRASEÑA?

Paso 1. Diríjase a Gmail a través de su navegador o desde la App en su dispositivo.

Paso 2. Haga clic en “¿Has olvidado tu contraseña?”



Imagen 1. Inicio de sesión en Gmail.

Paso 3. Gmail mostrará la opción de un código de seguridad, el cual se enviará al número registrado.

Ojo, si ya no cuenta con ese número, existe la posibilidad de “probar otro método” el cual será el correo electrónico de recuperación, con el cual se podrá actualizar la contraseña y volver a tener acceso a la cuenta.

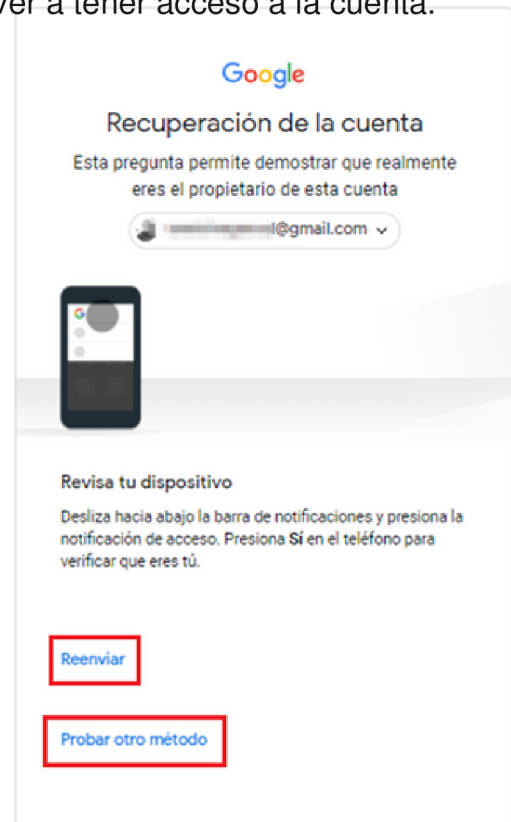


Imagen 2: Envío de código de seguridad.



2. ¿OLVIDO EL EMAIL CON EL CUAL SE REGISTRÓ?

Paso 1. Diríjase a Gmail a través de su navegador o desde la App en su dispositivo.

Paso 2. Haga clic en la opción “¿olvidaste el correo electrónico?” y le pedirá que complete una serie de campos con la información referente a la cuenta que desea recuperar.

Imagen 3. Opciones de recuperación de cuenta.

Paso 3. Por favor, ingrese el número de teléfono de contacto o correo de recuperación asociado a la cuenta.

Verifique que tengas acceso al número o correo que se proporcionó. De igual manera, que se encuentre escrito correctamente. Si todo se encuentra en orden, de clic en “siguiente”.

Imagen 4. Selección de método de recibimiento de código de verificación.

Paso 4. Gmail solicitará el nombre y apellido con los cuales se dio de alta la cuenta, una vez la información se encuentre en los campos, por favor de clic en “siguiente”.

Imagen 5. Solicitud de datos de usuario Gmail.



Paso 5. Si los datos que se colocaron en el paso número 4 son correctos, Google le enviará un código de recuperación al número de contacto o correo adicional que se registró. Si la información es correcta, por favor de clic en “enviar”.

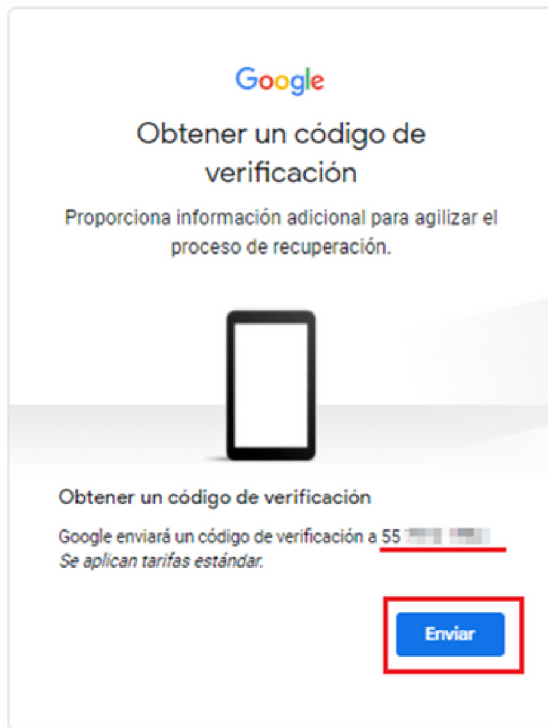


Imagen 6: Obtención de código de verificación.

Paso 6. Recibirá por medio de un correo o SMS (Según el mecanismo seleccionado en el Paso 3.) el código de verificación.

Una vez el código haya sido enviado, es necesario colocarlo dentro de la casilla y después dar clic en “siguiente”.



Imagen 7: Inserción de código de verificación.



GLOSARIO

- **Código de verificación:** Es un conjunto de 4 o 5 números, que son usados para comprobar la autenticidad de un usuario.
- **Cuenta de usuario:** Permite iniciar sesión en una plataforma, red o servicio de información, se le asigna un nombre y es obligatoria la contraseña para registros y/o suscripciones para servicios en línea (Online).
- **Usuario:** Es un individuo (persona) que tiene acceso a algún servicio o utiliza un producto de forma habitual.
- **Verificación de dos pasos:** Conocida también como la autenticación de dos factores, es un método extra para el acceso de seguridad de alguna cuenta personal.



REFERENCIAS

GFC. (24 de Marzo de 2022). LearnFree. Obtenido de Gmail:

<https://edu.gcfglobal.org/en/gmail/introduction-to-gmail/1/>

Gmail. (24 de Marzo de 2022). Gmail support. Obtenido de Help center:

<https://support.google.com/mail/?hl=es#topic=7065107>



CONTACTO



Teléfono | (656) 4990493

Correo | ayuda@redporlaciberseguridad.org

Sitio web | www.redporlaciberseguridad.org

LinkedIn | [Red por la Ciberseguridad](#)

Facebook | [Red por la Ciberseguridad](#)

Twitch | [RedporlaCiberseguridad](#)