

Gestores de contraseñas, los aliados del internauta - Análisis de LastPass

En la presente píldora tecnológica te explicamos qué es un gestor de contraseñas y porque va a convertirse en tu nuevo mejor amigo.

Asimismo, te guiamos paso a paso durante la instalación y uso del [gestor de contraseñas Lastpass](#), una de las soluciones más interesantes del mercado y a un precio que sabemos que te gustará mucho: 0 € ;-)

La gestión de contraseñas es un problema que los usuarios de Internet sufrimos en silencio. Con toda seguridad te identificarás con la siguiente situación: *¿Cuál es mi contraseña en Facebook? ¿Y mi usuario en LinkedIn? ¿Era el mismo que en Twitter? No consigo entrar a mi cuenta, voy a tener que generar una nueva contraseña :(*

¿Qué es un gestor de contraseñas y por qué lo necesitas?

Los [gestores de contraseñas](#) son aplicaciones que **permiten almacenar pares de usuario-contraseña de forma segura** y recuperarlos de forma rápida cuando es necesario.

Son programas seguros que utilizan una base de datos interna para guardar la información cifrada, accesible a través de una única clave; *el resultado: **sólo tienes que recordar una contraseña para acceder a todas las demás.***

Estas aplicaciones son una bendición para los internautas que manejan un sinnúmero de claves para acceder a servicios web, portales, aplicaciones de escritorio o incluso cuentas bancarias.

Hasta ahora seguramente estarás administrando tus contraseñas de alguna de las siguientes maneras, ya te adelantamos que todas las opciones son peligrosas:

- i. Un clásico ... **Escribiéndolas en un post-it** que guardas cerca de tu equipo. No vamos a perder ni un segundo en explicarte lo inadecuado de esta solución, simplemente no la utilices nunca.
- ii. **Almacenándolas en tu cabeza.** Es probablemente la opción más segura, pero hoy día, inviable, ya que es casi imposible recordar todos los usuarios y contraseñas para cada uno de los servicios utilizados: twitter, facebook, gmail, youtube, linkedin, banca electrónica ... y una multitud de servicios online y aplicaciones utilizadas a diario.
- iii. **Usando la misma contraseña y usuario para todos tus registros** y almacenándola en tu cabeza. Esta opción es muy habitual y solventa en cierta medida el problema anterior, aunque también es inadecuada; si alguien consigue acceso a tu usuario-contraseña pondrá en peligro todas las demás cuentas de las que dispongas. Además no siempre es posible utilizar el mismo usuario para todos los servicios.
- iv. **Almacenándolas en una hoja de cálculo o fichero de texto** dentro de tu equipo. Esta opción no es demasiado mala, pero corres el riesgo de que alguien pueda acceder a dicho fichero y a todas tus contraseñas.
- v. **Almacenándolas en el navegador web.** Ésta opción es muy cómoda para el usuario, pero la desaconsejamos completamente por varios motivos: en caso que algún usuario consiga acceder a tu equipo tendrá acceso a todas tus cuentas, si se borra la cache del navegador perderás todos los datos almacenados, algunos servicios no permiten que los datos se almacenen en el navegador.
- vi. Y quizá la peor de todas... **Una combinación de las anteriores.** Con esta solución estás multiplicando tu exposición a todos los peligros potenciales

anteriores.

En el mercado existen multitud de gestores de contraseñas 100% gratuitos que te ayudan a la gestión de contraseñas, como por ejemplo:

- [KeePass](#).
- [Password Safe](#).
- [LockCrypt](#).
- [LastPass](#).

Para esta píldora tecnológica hemos seleccionado **Lastpass** que **permite almacenar las contraseñas en la nube**, una funcionalidad muy útil para un entorno de máxima movilidad en el que se utilizan diariamente diferentes equipos y dispositivos.

Lastpass: tú gestor de contraseñas online

LastPass es un programa gratuito que **se instala como plugin en el navegador web**, entre otros: Internet Explorer, Firefox, Chrome o Safari.

Entre sus funcionalidades destacan:

- Almacenamiento de contraseñas cifradas en la nube.
- Completa integración con el navegador web.
- Capacidad de completar formularios automáticamente.
- Generación instantánea de contraseñas seguras.
- Sincronización de contraseñas entre diferentes navegadores.
- Posibilidad de exportar las contraseñas a diferentes formatos.

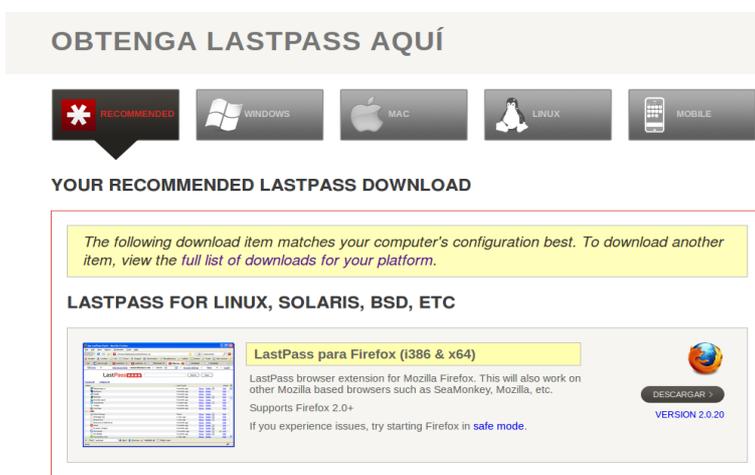
Aunque hay muchas otras [razones por las que utilizar LastPass](#).

Si quieres aprender a utilizarlo sólo tienes que seguir leyendo ;-)

Proceso de Instalación de LastPass

Paso 1: Descargar LastPass

[Descarga el plugin de LastPass](#) desde la página web oficial, seleccionando tu navegador preferido (Firefox en nuestro ejemplo).



OBTENGA LASTPASS AQUÍ

RECOMMENDED WINDOWS MAC LINUX MOBILE

YOUR RECOMMENDED LASTPASS DOWNLOAD

The following download item matches your computer's configuration best. To download another item, view the full list of downloads for your platform.

LASTPASS FOR LINUX, SOLARIS, BSD, ETC

LastPass para Firefox (i386 & x64)

LastPass browser extension for Mozilla Firefox. This will also work on other Mozilla based browsers such as SeaMonkey, Mozilla, etc.

Supports Firefox 2.0+

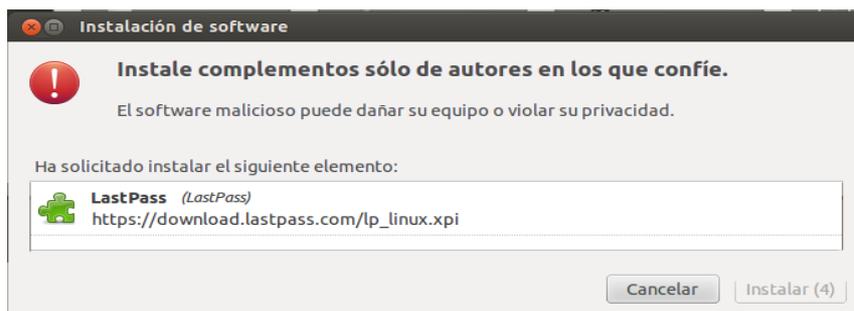
If you experience issues, try starting Firefox in [safe mode](#).

DESCARGAR >

VERSION 2.0.20

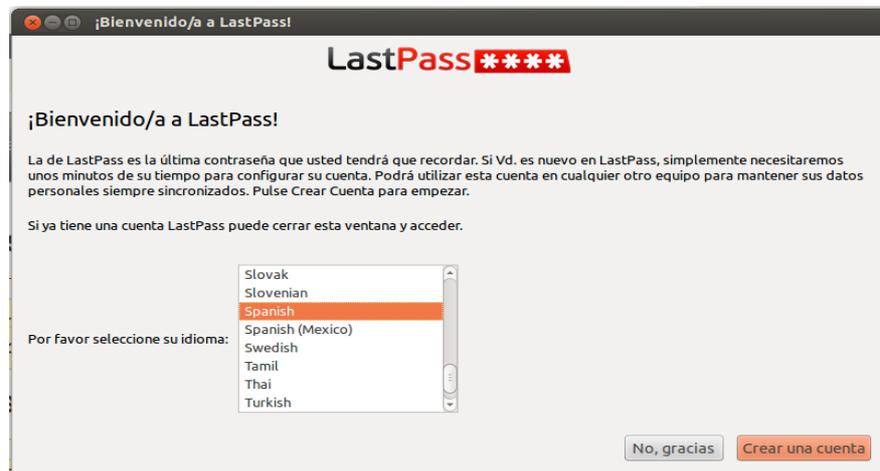
Paso 2: Instalar LastPass

Una vez descargado, aparecerá la siguiente pantalla.



Pulsa el botón instalar, espera a que finalice el proceso y reinicia tu navegador.

Al reiniciar el navegador se abrirá una ventana de LastPass en la que debes escoger el idioma y crear una cuenta en este servicio.



Para crear dicha cuenta debes introducir una dirección de correo electrónico, establecer cuál será tu clave maestra, fijar un recordatorio para la contraseña maestra e indicar una zona horaria.

¡Bienvenido/a a LastPass!

Crear una cuenta

Correo electrónico: @gmail.com

Contraseña Maestra: [oculto]

Recordatorio de contraseña: [oculto]

Zona horaria: (+01:00) Ámsterdam, Berlín, Roma, Viena, Praga, Bruselas

He leído y acepto [las condiciones de servicio](#) y [declaración de privacidad](#)

Entiendo que mis datos cifrados se enviarán a LastPass

Mantener un historial de mis accesos y formularios rellenos

Enviar informe anónimo de errores para ayudar a mejorar LastPass

Desactivar el gestor de contraseñas de Firefox

Cancelar Crear una cuenta

Paso 3: Configurar LastPass

El último paso para finalizar el proceso de instalación es configurar tu cuenta.

Algunas de las opciones más importantes que debes tener en cuenta son: si quieres importar o no las contraseñas almacenadas en tu equipo a LastPass, si deseas que tus formularios sean completados automáticamente y si quieres que tu sesión en LastPass finalice cada vez que cierres el navegador (opción totalmente recomendada).

Uso de Lastpass

Una vez instalado LastPass podrás ver en tu navegador web que ha aparecido un nuevo icono al final de tu barra de herramientas.



Para comenzar a usar el programa, debes hacer click en el icono de LastPass e iniciar sesión con el correo y contraseña que introdujiste al crear tu cuenta. *Tranquilo, éste es el único usuario-contraseña que tendrás que recordar ;-)*

Las principales funcionalidades que utilizarás de forma habitual serán:

- i. Guardar contraseñas en LastPass.
- ii. Usar contraseñas almacenadas en LastPass.

Guardar contraseñas

Existen 3 formas para almacenar contraseñas en LastPass:

1. **Automático.** Al acceder a un sitio web donde se requiera introducir usuario-contraseña, LastPass te preguntará si quieres almacenar esos datos. De ser así, sólo debes pinchar en guardar.



A continuación, introduce el nombre con el que deseas guardar los datos para esa página y el grupo (en el caso de que hayas creado alguno) en el que quieres que se almacene.

Añadir sitio LastPass

LastPass ****

Nombre
Gmail universidad

Grupo
[Dropdown menu]

Añadir a mis favoritos
 Se requiere re-introducir la contraseña
 Auto Acceso

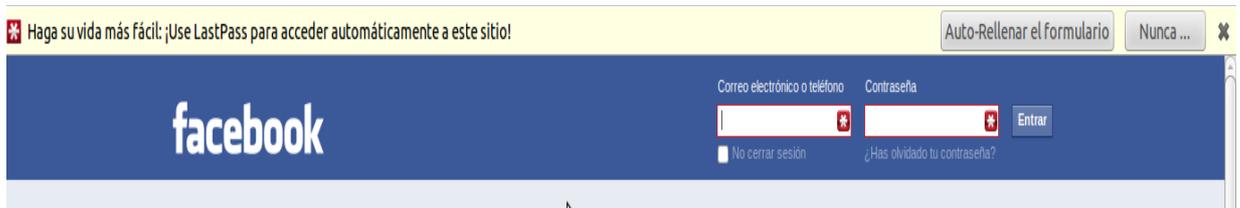
No, gracias Guardar sitio

2. **Manual.** Desde la página de LastPass indica que quieres añadir un sitio manualmente y rellena los campos del formulario. Además del nombre y del grupo, en este caso también debes añadir la página web a la que quieres acceder, usuario y contraseña.
3. **Importación.** LastPass también te permite guardar tus contraseñas directamente desde otros gestores de contraseñas.

Usar contraseñas

Si lo que quieres es usar las contraseñas que tienes almacenadas en LastPass tienes de nuevo 2 alternativas:

1. **Autocompletado.** Al acceder a una página de la que tengas almacenada usuario-contraseña, LastPass te preguntará si quieres que se auto-rellene el formulario.



2. **Manual.** Cada vez que necesitas identificarte debes copiar y pegar los datos almacenados en LastPass.



Importante: Recuerda seleccionar en LastPass la opción cerrar sesión tras 'x' minutos una vez hayas cerrado el navegador.

Autor y licencia del documento

El presente contenido ha sido elaborado por el [Centro de Apoyo Tecnológico a Emprendedores](#) y liberado bajo licencia [Creative Commons By - Sa 3.0](#).

Este contenido ha sido posibles gracias a la co-financiación de:



Unión Europea

Fondo Europeo
de Desarrollo Regional
"Una manera de hacer Europa"