

Lo que tus fotos dicen de ti sin que te des cuenta

Compartir el momento sin regalar dónde vives, a qué hora no estás o los datos de otras personas: audiencia, ubicación y lo que asoma en el fondo de una foto.



Las redes sirven para estar cerca de la gente y no hace falta dejar de usarlas. La idea es otra: elegir qué necesita ver cada persona. Una pregunta lo resume casi todo: **¿quién necesita saber esto, y por cuánto tiempo?**

Cinco datos que conviene cuidar

Por separado parecen inofensivos. Juntos dibujan un mapa de tu vida que cualquiera puede recorrer:

- **Dónde estás ahora.** «En la playa hasta el domingo» también dice que tu casa está vacía hasta el domingo.
- **Tu dirección y tu teléfono.**
- **Documentos y tarjetas** que aparecen en la foto.
- **Tus rutinas:** horarios que permiten adivinar dónde estarás y cuándo.
- **Datos de otras personas,** sobre todo de menores, sin su permiso.

Un hábito sencillo: cuenta el viaje o la salida **cuando ya volviste**, no mientras estás fuera.

Elige quién ve cada publicación

No todo necesita la misma audiencia. Una puesta de sol puede ser pública; una reunión familiar encaja mejor con «solo amigos cercanos»; tu teléfono, tu dirección y tus documentos no deberían ser públicos nunca. Los menús cambian de nombre en cada red, pero siempre existe un ajuste de **audiencia**: revisalo y apaga la ubicación automática de las publicaciones.

Mira el fondo antes de publicar

El dato que busca un desconocido casi nunca está en el texto: está detrás de ti. Antes de publicar, amplía la foto y recorre el fondo como lo haría alguien con tiempo y curiosidad. Fíjate en:

- **La tarjeta de embarque.** Lleva un código de reserva que, junto con tu apellido, permite entrar a la gestión de tu viaje, ver tus datos y a veces cambiar o cancelar vuelos. Sigue valiendo hasta que el viaje termina.
- **Las llaves.** Con una foto nítida de sus dientes se puede hacer una copia.
- **El carnet del trabajo.** Muestra tu nombre, el formato de identificación de la empresa y a veces un número interno: suficiente para imitarlo o para hacerse pasar por alguien de dentro.
- **Lo que hay en la pared o en la mesa:** una nota con una clave, una pantalla con un correo abierto, un sobre con tu dirección, el uniforme del colegio de un niño, la placa de un coche.

Si un dato no ayuda a contar la historia, recórtalo o tápalo. Y si aparecen otras personas, pregúntales antes.

Las apps de ejercicio dibujan la puerta de tu casa

Las apps que guardan tus carreras o paseos con GPS publican el mapa del recorrido. Si todas empiezan y terminan en la misma esquina, estás contando dónde vives y a qué horas sales. Casi todas tienen una **zona de privacidad** que borra del mapa los metros alrededor de tu casa. Actívala y deja tu perfil visible solo para personas que tú apruebes.

Tu lista para hoy

1. Revisé mis últimas cinco fotos públicas, ampliando el fondo.
2. Cambié la audiencia de mi red principal a quien de verdad necesita verme.
3. Apagué la ubicación automática de mis publicaciones.
4. Activé la zona de privacidad en mi app de ejercicio, si uso una.
5. Cuento los viajes cuando vuelvo, no mientras estoy fuera.

Practícalo · Módulo 5 de Tu primer escudo: Lo que publicas

En el módulo decides qué se publica de un cumpleaños infantil y revisas, objeto por objeto, la foto que alguien quiere subir para celebrar un trabajo nuevo y un viaje. Puedes leer las salas sin cuenta; responder los casos y guardar tu avance pide iniciar sesión.

Empieza aquí: pro.whoami-labs.com/rutas/tu-primer-escudo/lo-que-publicas

Esta guía en la web: pro.whoami-labs.com/guias/lo-que-tus-fotos-dicen-de-ti