

403 - COPIAS Y DATOS

Guarda una copia de contactos y calendario

Exporta tus contactos y tu agenda a archivos que podrás recuperar aunque pierdas la cuenta o el móvil.



NIVEL
Fácil

TIEMPO
15 min

CATEGORÍA
Copias y datos

WEB
soporteinformatico360.com

Tus contactos y citas viven en la nube, pero un error o una cuenta bloqueada pueden dejarte sin ellos. Exportarlos a archivos tarda unos minutos y te da tranquilidad.

■ Qué necesitas

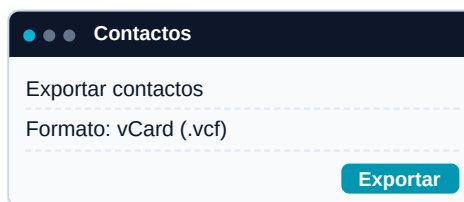
- ✓ Un ordenador con navegador
- ✓ Acceso a tu cuenta de Google, Apple o Microsoft
- ✓ Una carpeta para tus copias
- ✓ Un disco externo (recomendado)

■ Paso a paso

01

Exporta los contactos de Google

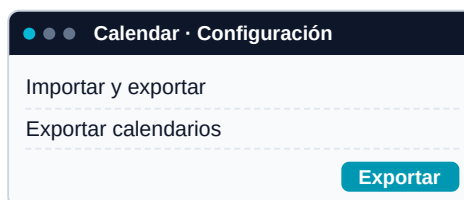
Entra en contacts.google.com, pulsa Exportar y elige el formato vCard. Se descargará un archivo .vcf.



02

Exporta el calendario de Google

En Google Calendar abre Configuración, ve a Importar y exportar y pulsa Exportar. Obtendrás un archivo con tus calendarios.



03

Si usas iPhone o Mac

En icloud.com abre Contactos, selecciónalos todos y elige Exportar vCard. En la app Calendario del Mac puedes exportar cada calendario.



04

Guarda los archivos juntos

Pon los archivos en una carpeta con la fecha en el nombre. Así sabrás de cuándo es cada copia.



05

Haz una segunda copia

Copia esa carpeta a un disco externo o a otro servicio. Sigue la regla de tener más de una copia.

06

Repite cada pocos meses

Ponte un recordatorio para repetirlo. Los contactos cambian más de lo que parece.

■ Consejos

CONSEJO 1

Los archivos .vcf se pueden importar en casi cualquier móvil o programa.

CONSEJO 2

Revisa contactos duplicados antes de importar una copia.

CONSEJO 3

Si tu cuenta es de empresa, pregunta al responsable de IT.



Importante: Estos archivos contienen datos personales de otras personas. Guárdalos en un lugar protegido y no los compartas.

¿Prefieres que lo hagamos por ti?

Diagnóstico sin compromiso y presupuesto cerrado antes de empezar. soporte@soporteinformatico360.com
En taller, a domicilio en Madrid o por asistencia remota.

910 117 112

soporteinformatico360.com