

459 – COPIAS Y DATOS

# Recupera un documento de Office sin guardar

Rescata ese Word o Excel que se cerró de golpe o que cerraste sin guardar, y prepara Office para que no vuelva a pasar.



NIVEL  
Fácil

TIEMPO  
10 min

CATEGORÍA  
Copias y datos

WEB  
soporteinformatico360.com

Office guarda copias automáticas mientras trabajas, aunque no lo veas. Si se va la luz o cierras sin guardar, muchas veces el documento se puede recuperar en pocos clics.

## ■ Qué necesitas

- ✓ Microsoft Word, Excel o PowerPoint
- ✓ El equipo donde estabas trabajando
- ✓ No apagar ni limpiar el PC antes de intentarlo

## ■ Paso a paso

01

### Mira el panel de recuperación

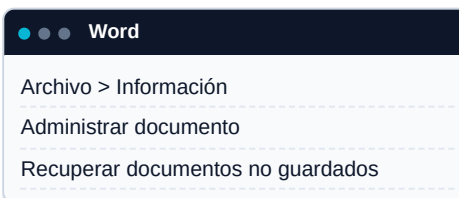
Abre de nuevo el programa. Si se cerró de golpe, a la izquierda aparece Recuperación de documentos: abre la versión más reciente y guárdala.



02

### Busca los no guardados

En Word ve a Archivo > Información > Administrar documento > Recuperar documentos no guardados. En Excel se llama Recuperar libros no guardados.



03

### Abre la carpeta directamente

Pulsa Win + R y escribe  
%LocalAppData%\Microsoft\Office\UnsavedFiles.  
Ahí se guardan los borradores.



04

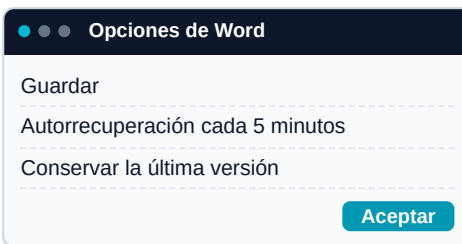
**Si estaba en OneDrive**

Abre el archivo y usa Archivo > Información > Historial de versiones para volver a una versión anterior.

05

**Ajusta la autorrecuperación**

En Archivo > Opciones > Guardar baja el tiempo a 5 minutos y marca conservar la última versión si cierras sin guardar.



06

**Activa Autoguardado**

Si guardas tus archivos en OneDrive o SharePoint, activa el interruptor Autoguardado arriba a la izquierda.

**■ Consejos****CONSEJO 1**

Guarda con Ctrl + G nada más crear un documento.

**CONSEJO 2**

Los borradores sin guardar se borran pasados unos días: no esperes.

**CONSEJO 3**

Combina el Autoguardado con una copia de seguridad periódica.



**Importante:** La autorrecuperación no sustituye a las copias de seguridad. Si el archivo es importante y no aparece, no sigas usando el equipo y pide ayuda a un técnico.

**¿Prefieres que lo hagamos por ti?**

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

**910 117 112**[soporteinformatico360.com](https://soporteinformatico360.com)