

Puede que recibamos una pequeña comisión por cada compra que se realice a través de los enlaces en nuestra web. Esto no repercute en nuestra independencia editorial.

Inicio / Tutoriales / Software

TUTORIALES

No tengas miedo a perder todos tus datos: haz una copia de seguridad en Windows

Mantén a salvo todos tus datos y recupéralos cuando los necesites creando una copia de seguridad de archivos o del sistema con Windows 10. Es la mejor forma de proteger tus fotos, vídeos y ficheros en general.



Por [Alba Mora Antoja](#)

Editora | SEP 28, 2022 8:45 PM BST



¿Tu vida entera está en tu ordenador? Entonces, a qué esperas para proteger todos tus datos. Las copias de seguridad, si se hacen con regularidad, te permiten mantener a salvo tus fotos, documentos y programas instalados.

configuración previos al desastre informático.

En este artículo, aprenderás 5 métodos para crear copias de seguridad en Windows 10, tanto de los archivos guardados en tu PC como del sistema.

En concreto, repasaremos varias formas de crear una copia de seguridad utilizando las herramientas que ofrece [Windows 10](#) (deberían servirte también para [Windows 11](#)), así como otros servicios externos como las plataformas en la nube o programas de terceros.

Los trucos que te mostraremos a continuación también pueden serte de utilidad si estás pensando en [restaurar los valores de fábrica de tu ordenador](#), ya que necesitarás guardar tus archivos a parte.

¿Qué es una copia de seguridad? ¿Qué tipos de copia de seguridad existen?

Una copia de seguridad -también conocida como copia de respaldo, copia de reserva o *backup*, en inglés- es el proceso de guardar los datos originales de un dispositivo para poder recuperarlos de nuevo en caso de pérdida.

Existen dos tipos principales de copias de seguridad:

- Copia de seguridad de los archivos
- Copia de seguridad del sistema


Deberás apostar por una u otra según aquello que quieras proteger. Es decir, deberás optar por la primera si te interesa guardar tus documentos personales para poder recuperarlos más tarde. El segundo tipo te permitirá copiar el sistema completo de tu ordenador.

Copia de seguridad de los archivos

La copia de seguridad de archivos te permite crear una copia de los documentos que tienes guardados en tu PC, ya sea de manera individual o de varios ficheros a la vez, para tenerlos en otro dispositivo y recuperarlos cuando quieras.

Este tipo de copia puede realizarse para cualquier clase de archivo que tengas en tu ordenador: desde los importantes documentos de ofimática de un estudiante o

Debido a que, por desgracia, las pérdidas de datos de un ordenador son más habituales de lo que nos gustaría, es altamente recomendable hacerse con un disco duro externo siempre que adquirimos un nuevo PC o portátil.

De este modo, podrás crear una copia de seguridad desde el minuto uno y mantendrás a salvo tus archivos en todo momento. Además, puedes encontrar dispositivos de almacenamiento externo a muy buen precio, como este [disco duro de Toshiba](#)  por menos de 50 €.

Copia de seguridad del sistema

La copia de seguridad del sistema te permite crear una copia de todo el sistema operativo Windows que en ese momento tienes en tu ordenador, es decir, de todos los programas, los archivos y los valores de configuración.

Este es quizás un proceso algo más laborioso que el tipo de copia anterior, pero ciertamente es muy útil si no quieres perderlo todo cuando necesites arreglar un ordenador que no está funcionando del todo bien o que no se enciende directamente.

Hacer una copia de seguridad del sistema puede llevar mucho tiempo y ocupar mucho espacio -estamos hablando de centenares de GB-, lo que puede que te resulte algo molesto si quieres crear una a menudo.

Ahora bien, existen algunos programas que copian solo aquello que has cambiado, añadido o actualizado recientemente respecto a la copia anterior, y eso te ayuda a ahorrar tiempo y espacio.

¿Cómo hacer una copia de seguridad de archivos en Windows 10?

Todas las versiones del sistema operativo de Windows cuentan con varias herramientas integradas que te permiten crear tanto una sencilla copia de seguridad de tus archivos como las algo más complejas copias de seguridad del sistema.

En este apartado, aprenderás a hacer una copia de seguridad de archivos con la herramienta de Windows 'Historial de archivos' y cómo restaurarla, así como el proceso para copiar tus documentos con plataformas en la nube.

incluyen también su propio programa, por lo que no será necesario que adquieras otro.

Hacer una copia de seguridad de archivos con 'Historial de archivos'

La herramienta 'Historial de archivos' pone a tu disposición la posibilidad de programar y hacer copias de los datos personales de tu ordenador o portátil de manera regular, para guardarlos en un dispositivo externo.

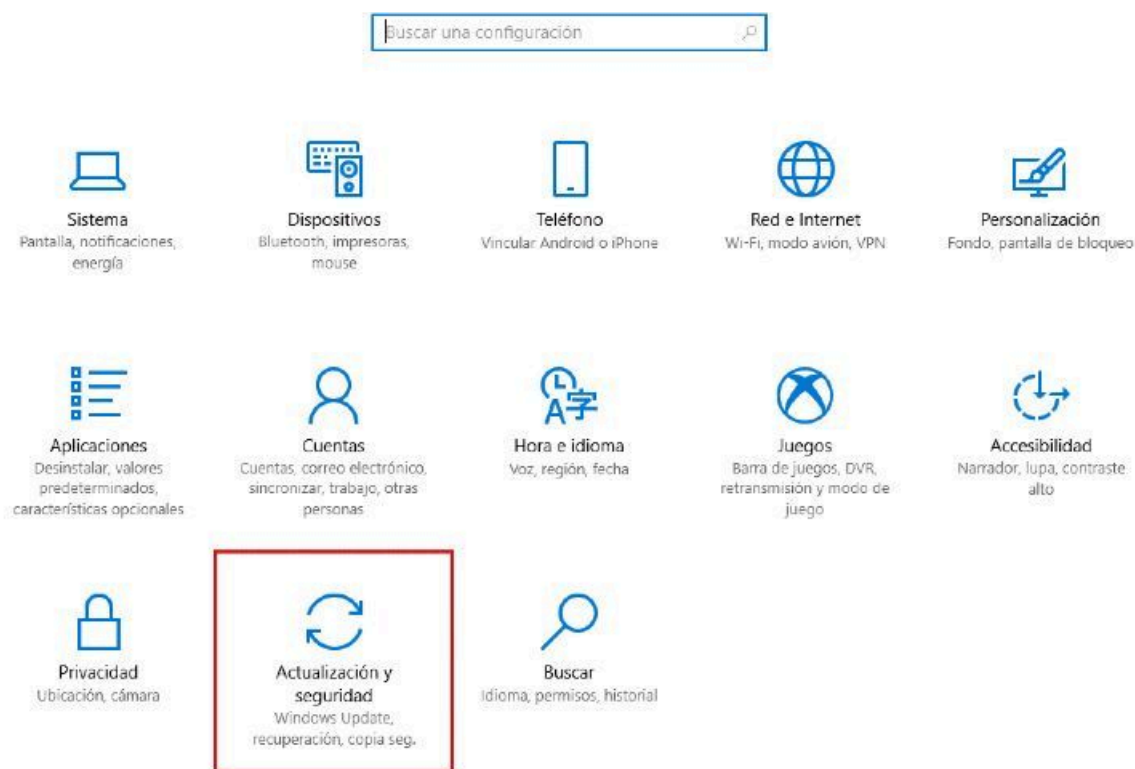
También te permite guardar esta copia de seguridad directamente en el disco duro de tu PC, pero esto puede resultar algo arriesgado, ya que la perderás si experimentas un fallo en el disco duro o tu ordenador se estropea.

En PCWorld España, te recomendamos tener siempre una copia externa de tus documentos más importantes. Hay quien incluso opta por tener dos o tres y guarda al menos una de ellos en otro lugar físico por si acaso.

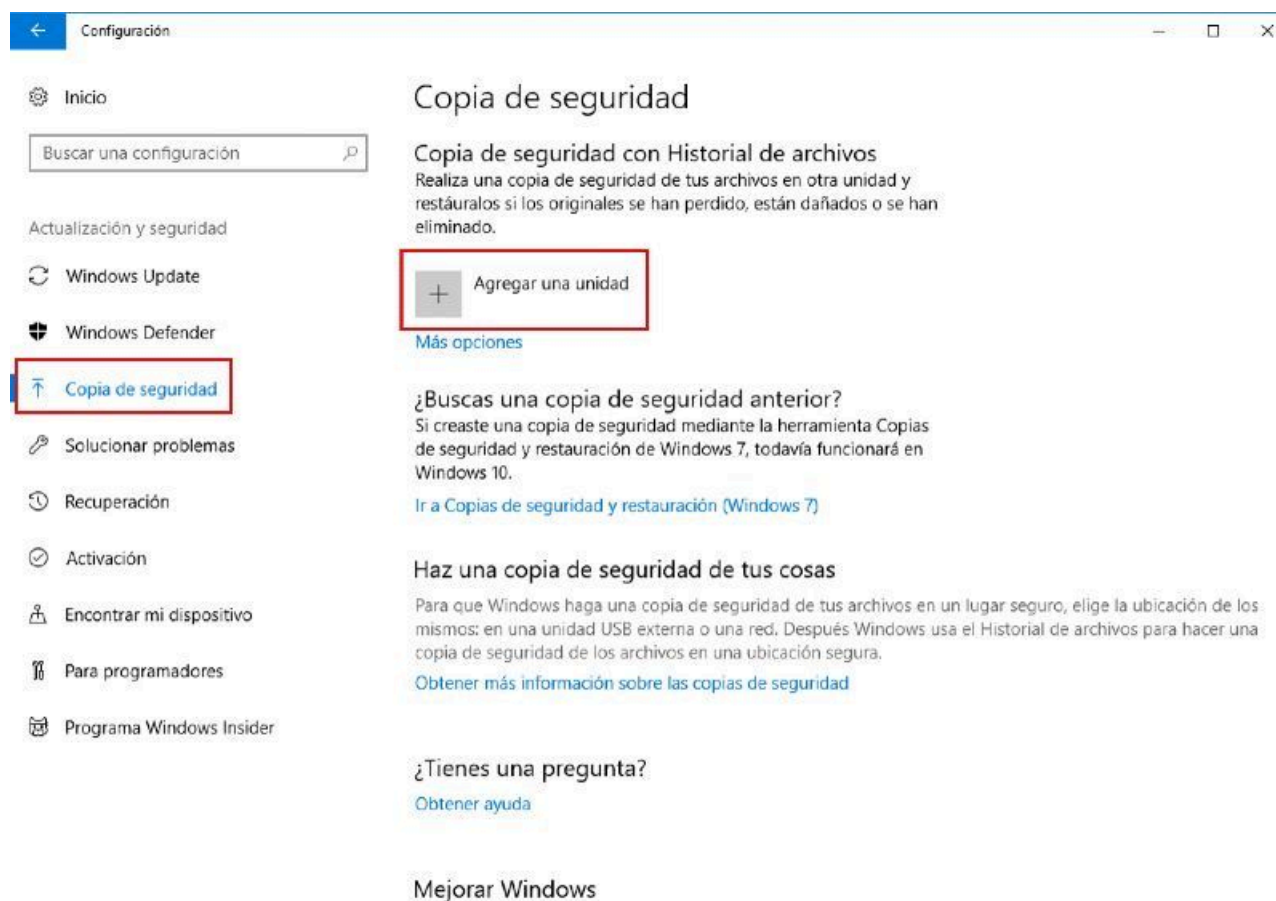
En este sentido, hay quien se rige por el siguiente mantra: "Si solo haces una copia de seguridad de tus archivos, entonces no están nada seguros". Así que, que no te invada la pereza y aprovecha también los servicios de almacenamiento *online*.

Para crear una copia de seguridad de archivos con 'Historial de archivos' en Windows 10, sigue paso a paso las instrucciones que te indicamos a continuación.

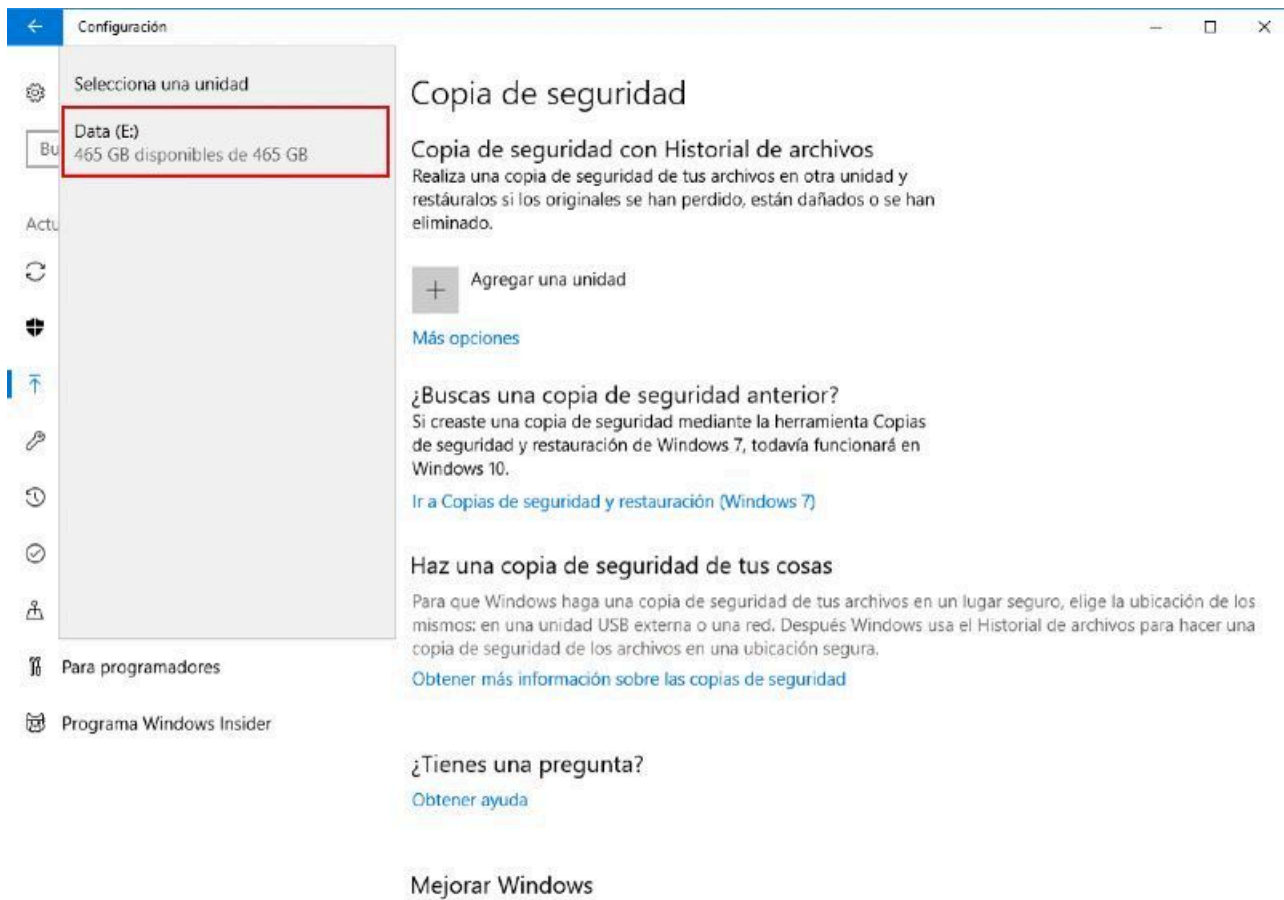
1. Dirígete al panel de '**Configuración**' y selecciona '**Actualización y seguridad**'.



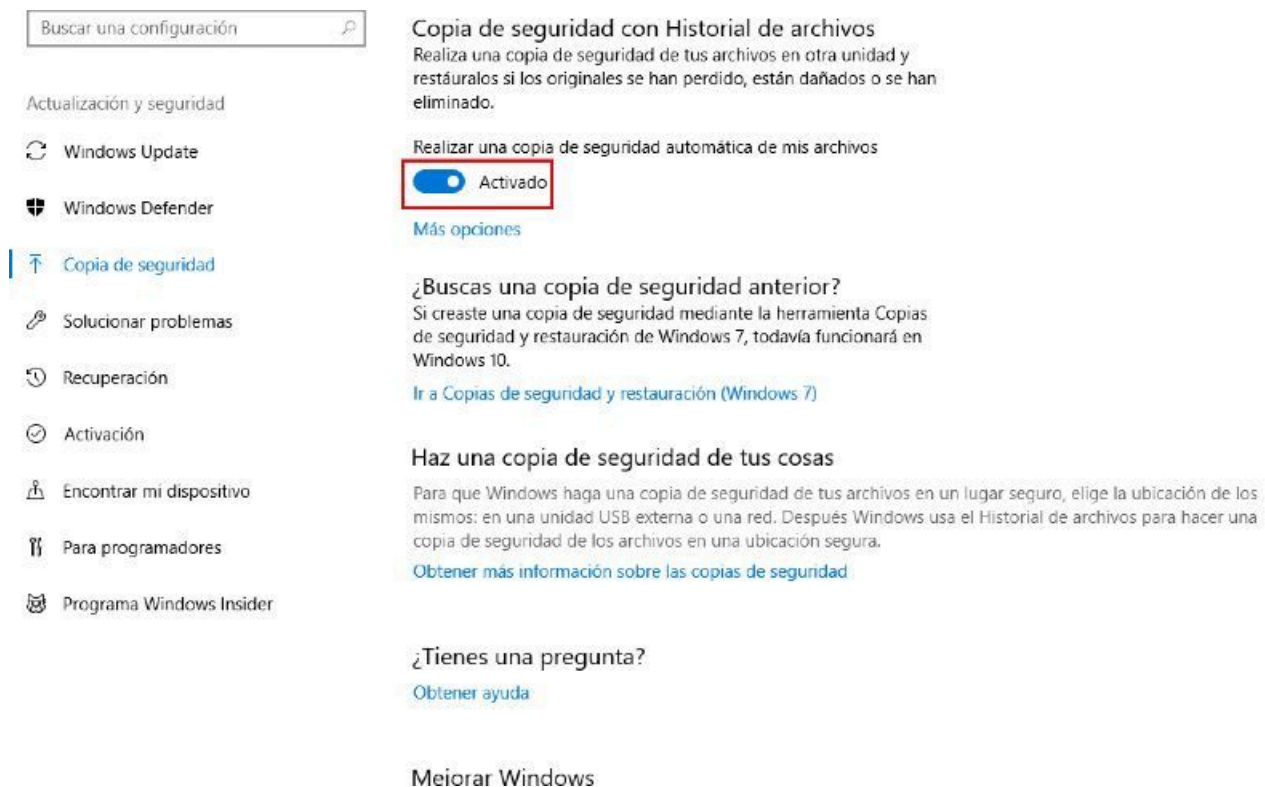
2. Accede al apartado '**Copia de seguridad**' en el menú a mano izquierda, localiza la sección '**Copia de seguridad con Historial de archivos**' y haz clic en '**Agregar una unidad**'



seguridaa.



De este modo, habrás activado la copia de seguridad automática de tus archivos. Podrás desactivarla cuando quieras, aunque por precaución recomendamos dejarla encendida para que se realicen copias de forma regular.



Buscar una configuración

Actualización y seguridad

- Windows Update
- Windows Defender
- Copia de seguridad**
- Solucionar problemas
- Recuperación
- Activación
- Encontrar mi dispositivo
- Para programadores
- Programa Windows Insider

Copia de seguridad con Historial de archivos

Realiza una copia de seguridad de tus archivos en otra unidad y restáuralos si los originales se han perdido, están dañados o se han eliminado.

Realizar una copia de seguridad automática de mis archivos

Activado

[Más opciones](#)

¿Buscas una copia de seguridad anterior?

Si creaste una copia de seguridad mediante la herramienta Copias de seguridad y restauración de Windows 7, todavía funcionará en Windows 10.

[Ir a Copias de seguridad y restauración \(Windows 7\)](#)

Haz una copia de seguridad de tus cosas

Para que Windows haga una copia de seguridad de tus archivos en un lugar seguro, elige la ubicación de los mismos: en una unidad USB externa o una red. Después Windows usa el Historial de archivos para hacer una copia de seguridad de los archivos en una ubicación segura.

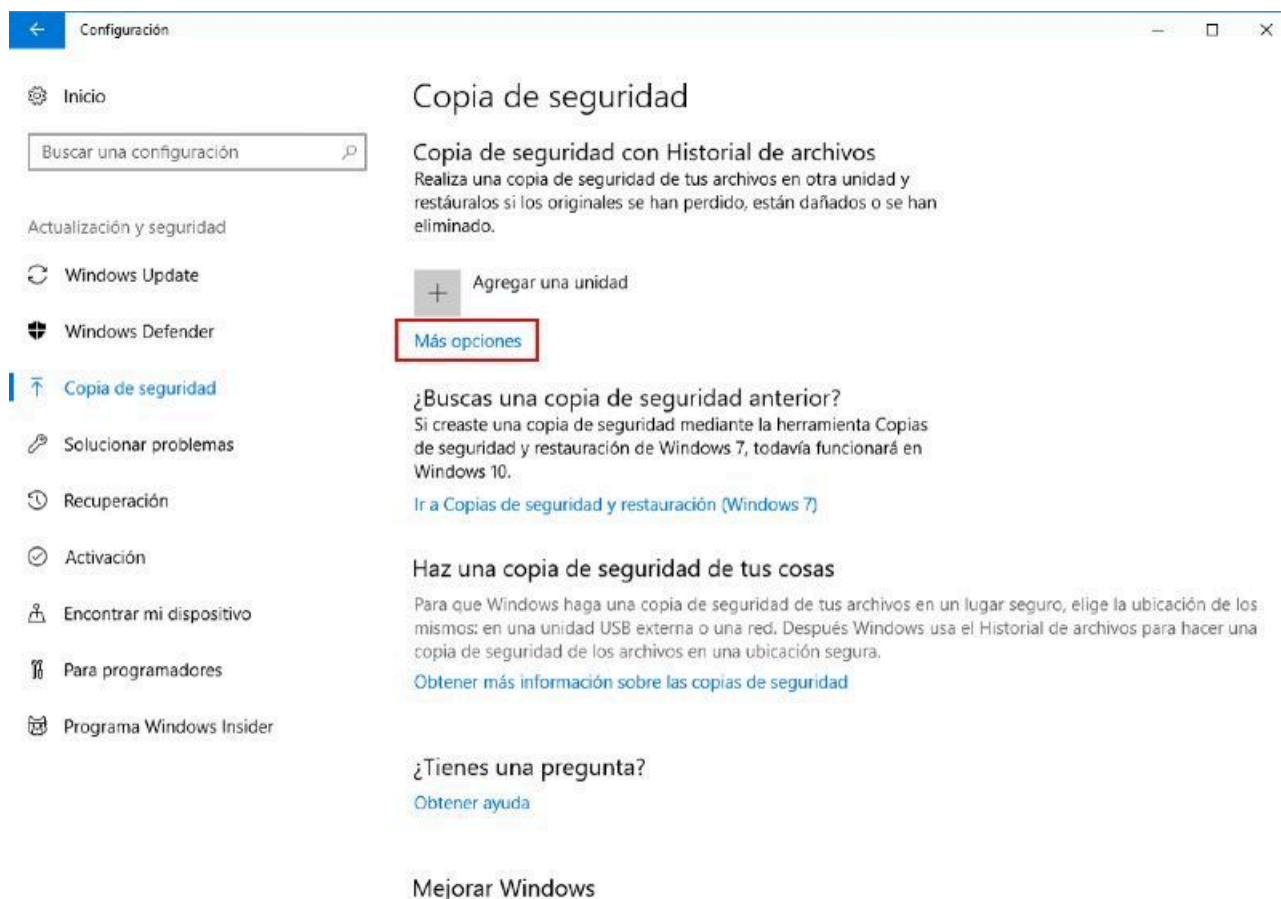
[Obtener más información sobre las copias de seguridad](#)

¿Tienes una pregunta?

[Obtener ayuda](#)

Mejorar Windows

4. A continuación, haz clic en '**Más opciones**', seguido de '**Hacer ahora una copia de seguridad**' si quieres realizarla ya con los valores predeterminados.



← Configuración

Inicio

Buscar una configuración

Actualización y seguridad

- Windows Update
- Windows Defender
- Copia de seguridad**
- Solucionar problemas
- Recuperación
- Activación
- Encontrar mi dispositivo
- Para programadores
- Programa Windows Insider

Copia de seguridad

Copia de seguridad con Historial de archivos

Realiza una copia de seguridad de tus archivos en otra unidad y restáuralos si los originales se han perdido, están dañados o se han eliminado.

+ Agregar una unidad

Más opciones

¿Buscas una copia de seguridad anterior?

Si creaste una copia de seguridad mediante la herramienta Copias de seguridad y restauración de Windows 7, todavía funcionará en Windows 10.

[Ir a Copias de seguridad y restauración \(Windows 7\)](#)

Haz una copia de seguridad de tus cosas

Para que Windows haga una copia de seguridad de tus archivos en un lugar seguro, elige la ubicación de los mismos: en una unidad USB externa o una red. Después Windows usa el Historial de archivos para hacer una copia de seguridad de los archivos en una ubicación segura.

[Obtener más información sobre las copias de seguridad](#)

¿Tienes una pregunta?

[Obtener ayuda](#)

Mejorar Windows

Información general

Tamaño de la copia de seguridad: 0 bytes

Espacio total en Data (E:) (E:): 465 GB

Todavía no se ha hecho ninguna copia de seguridad de los datos.

Hacer ahora una copia de seguridad

Realizar una copia de seguridad de mis archivos

Cada hora (predeterminado) ▾

Mantener las copias de seguridad

Para siempre (predeterminado) ▾

Hacer una copia de seguridad de estas carpetas

+ Agregar una carpeta

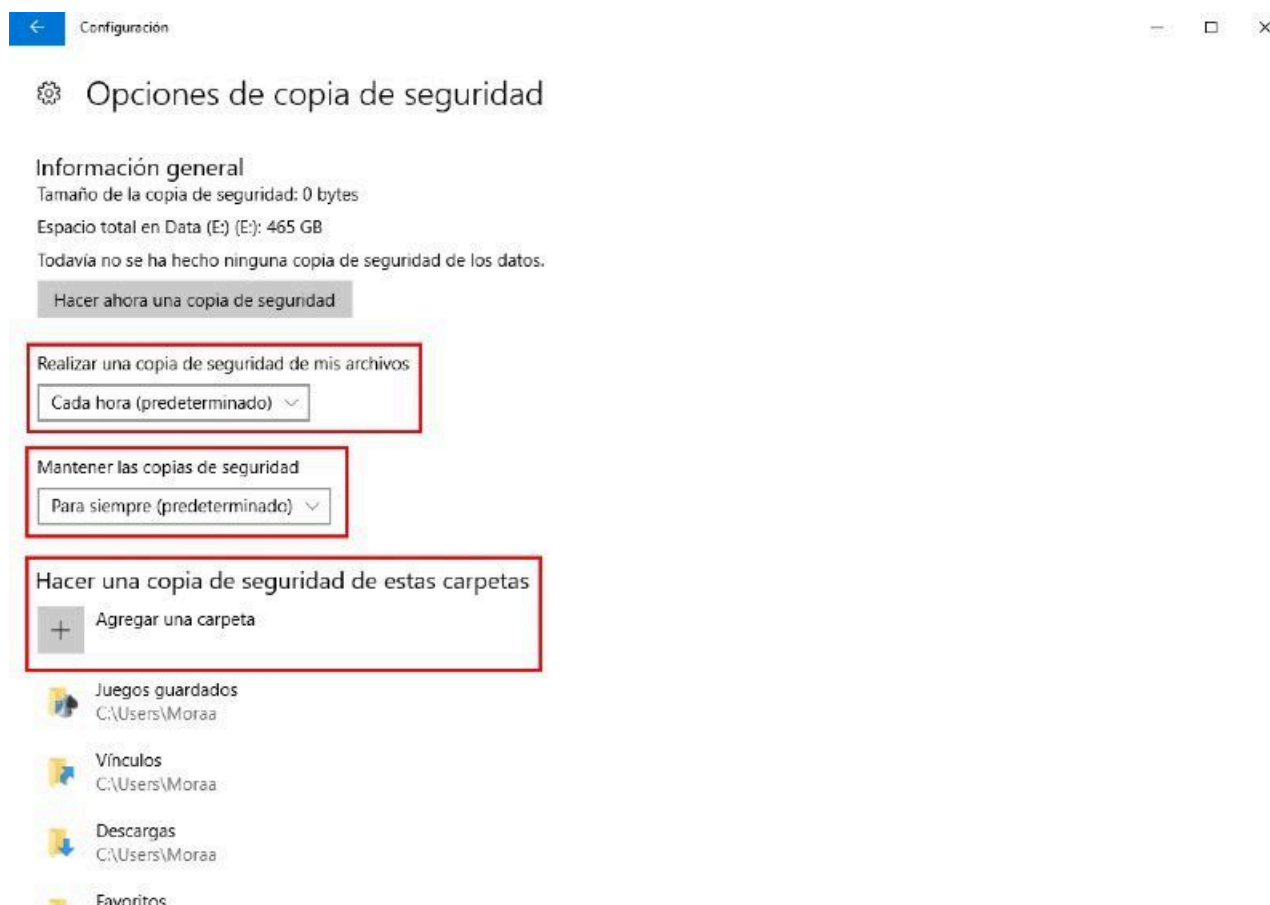
Juegos guardados
C:\Users\Moraa

Vínculos
C:\Users\Moraa

Descargas
C:\Users\Moraa

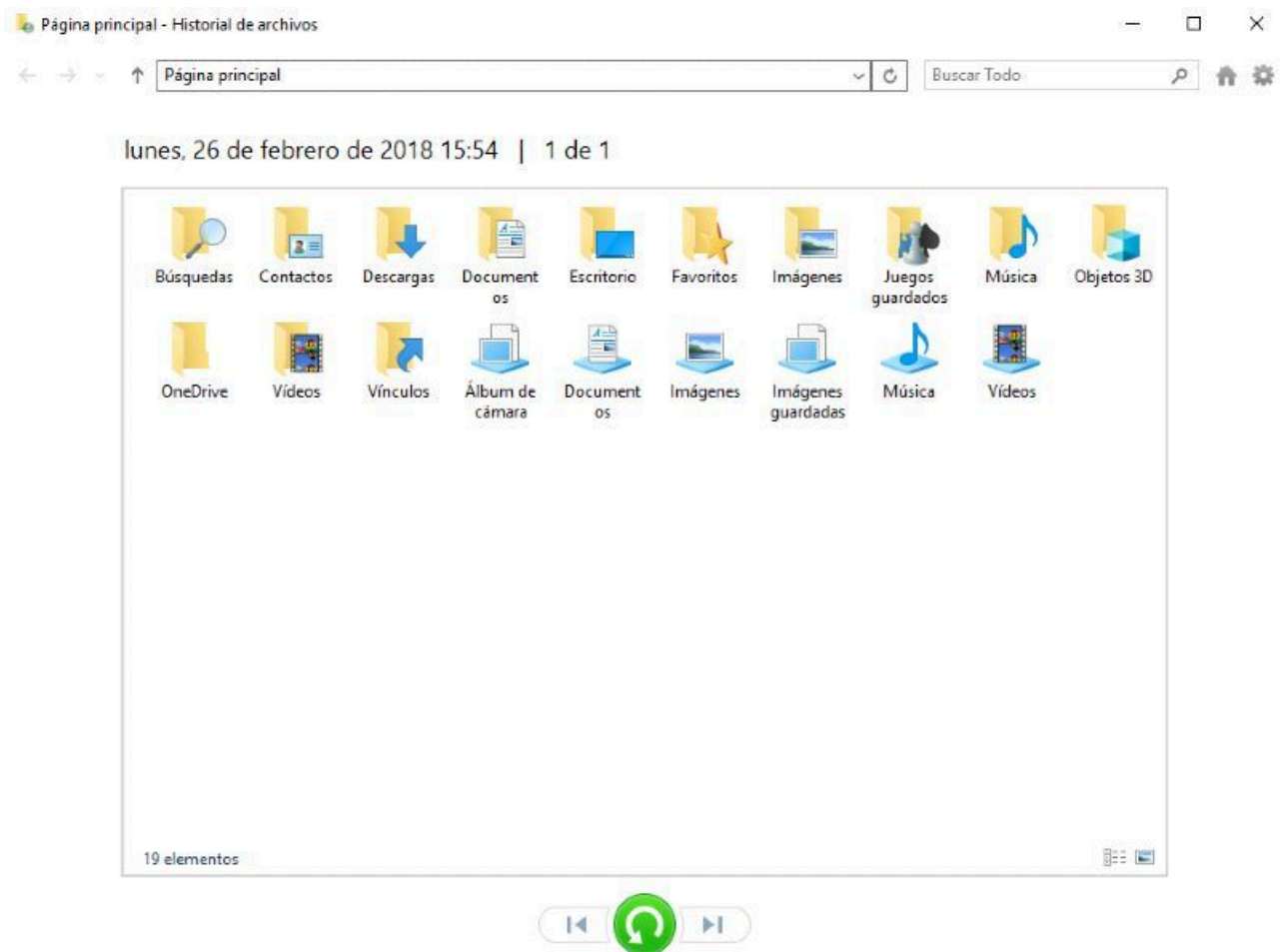
Favoritos

Alternativamente, en esta misma pantalla puedes configurar con qué regularidad realizar una copia (desde cada 10 minutos a una vez al día) y durante cuánto tiempo guardarla (desde un mes hasta para siempre), así como escoger qué archivos y carpetas copiar.



¿verdad? A continuación te explicamos cómo recuperar archivos desde una copia de seguridad.

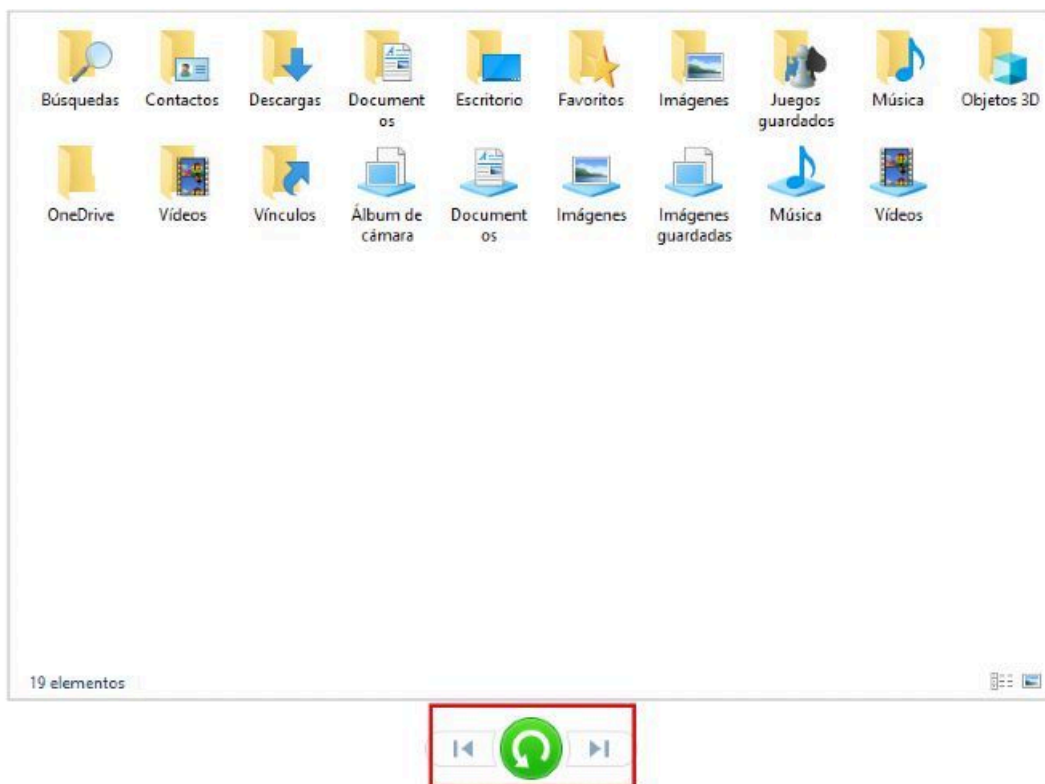
1. Abre el programa 'Restaurar los archivos con Historial de archivos' -lo puedes buscar con la herramienta de búsqueda que encontrarás al lado del menú de Inicio-. Te aparecerán todas las carpetas que tienes copiadas en tu dispositivo externo.



2. Localiza los botones 'Anterior' y 'Siguiente' -similares a los de un reproductor de música- que encontrarás a la parte inferior del programa. Utilízalos para navegar hasta la copia de seguridad que quieras restaurar.

Esto puede serte muy útil si quieres recuperar un archivo que guardaste en su día pero que borraste más tarde, o si quieres consultar una versión anterior de un documento que has actualizado recientemente.

lunes, 26 de febrero de 2018 15:54 | 1 de 1



Hacer una copia de seguridad de archivos con plataformas de almacenamiento en la nube

Otra de las formas más sencillas y prácticas de crear copias de seguridad de tus archivos es echando mano de las decenas de [servicios disponibles en Internet que te permiten almacenar documentos en la nube](#).

Existen muchas plataformas que ofrecen esta posibilidad y lo mejor de todo es que la mayoría son gratuitas o pueden contratarse a un coste mensual muy asequible. Recomendamos apostar por ellas incluso si ya usas otros métodos para hacer copias.

Seguramente el servicio en la nube más popular es Dropbox, aunque los 2 GB que ofrece pueden resultar insuficientes. Por otro lado, para los usuarios de Windows es muy práctico optar por OneDrive, ya que viene integrado en los dispositivos con Windows 10.

Otras plataformas con este servicio *online* son Google Drive, Mega, pCloud, Tresorit o iCloud. La mayoría de ellas ofrecen un espacio de almacenamiento de entre 5 y 10 GB, aunque Mega ofrece 50 GB.


seguridad. Eso significa que uno de sus principales objetivos es poder compartir los archivos con otros.

Cuando te suscribas a una de las plataformas, podrás crear una carpeta en tu ordenador. Así, podrás acceder fácilmente a los archivos que tengas allí guardados. Una vez conectado a Internet, los cambios que realices serán inmediatamente accesibles desde otros PCs.

Esto puede ser muy útil cuando quieres compartir los archivos con otros, pero también puede ser algo arriesgado, ya que si eliminas un documento desde un ordenador, también será eliminado de cualquier otro que esté sincronizado.

Es cierto que, cada vez más, estos servicios *online* ofrecen una opción para recuperar los documentos eliminados, así como otra para realizar varias copias de seguridad. Asegúrate de tener configurado estas opciones.

Pese a las grandes ventajas que tiene guardar documentos en la nube, en PCWorld España recomendamos tener siempre una copia en un dispositivo externo y que la copia *online* solo sea como complemento.

Por otro lado, si no estás interesado en la sincronización de archivos, puedes apostar por otras plataformas en línea especializadas en las copias de seguridad, como [SugarSync](#) .

¿Cómo hacer una copia de seguridad del sistema en Windows 10?

Hacer copias de seguridad de archivos es un proceso relativamente sencillo, sobre todo si lo comparamos con los pasos a seguir para crear una copia de seguridad del sistema. Eso se debe a que para las últimas no basta con utilizar un dispositivo externo o la nube.

Cualquier sistema operativo como el de Windows está formado por centenares de programas interconectados que actúan a diferentes niveles y realizan unas tareas concretas.

Por tanto, estamos delante de un entramado mucho más complejo que el que conforman tus carpetas personales con tus canciones favoritas o las fotos de tu último viaje al extranjero. No es suficiente utilizar el truco de “copiar” y “pegar”.

aplicaciones de terceros que nos lo pondrán mucho más fácil.

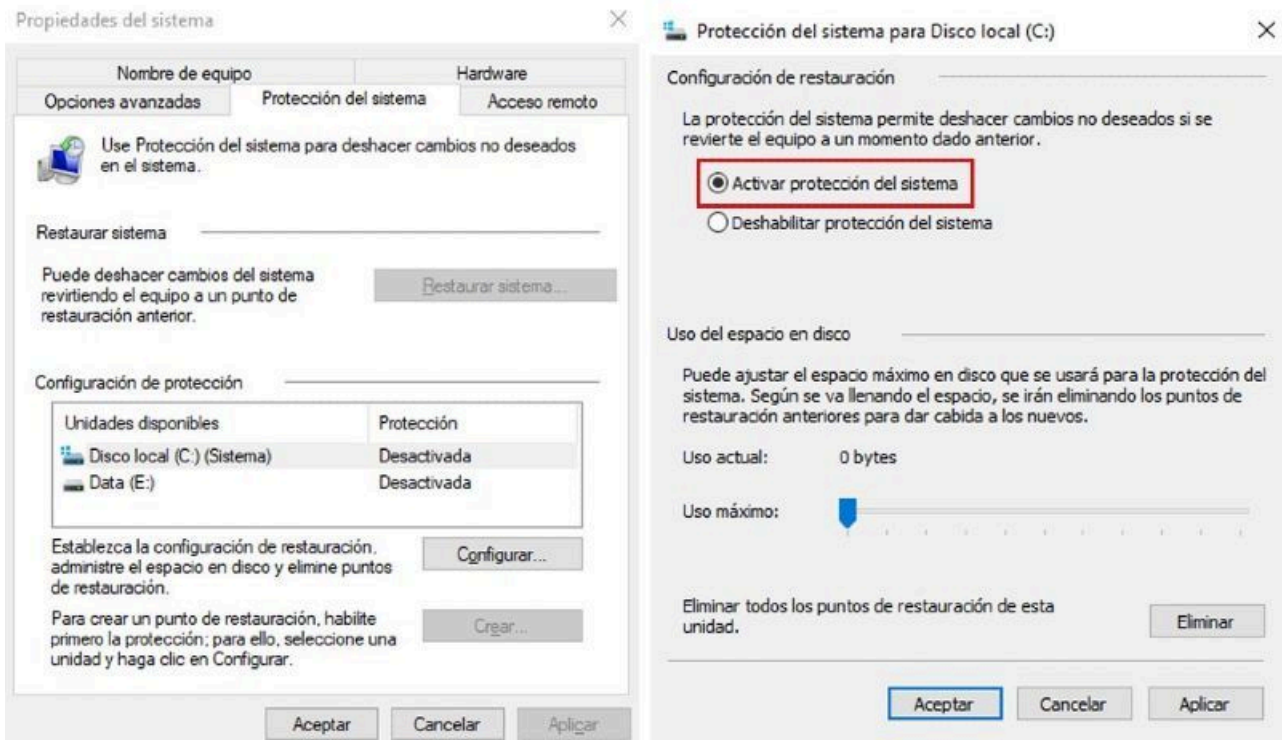
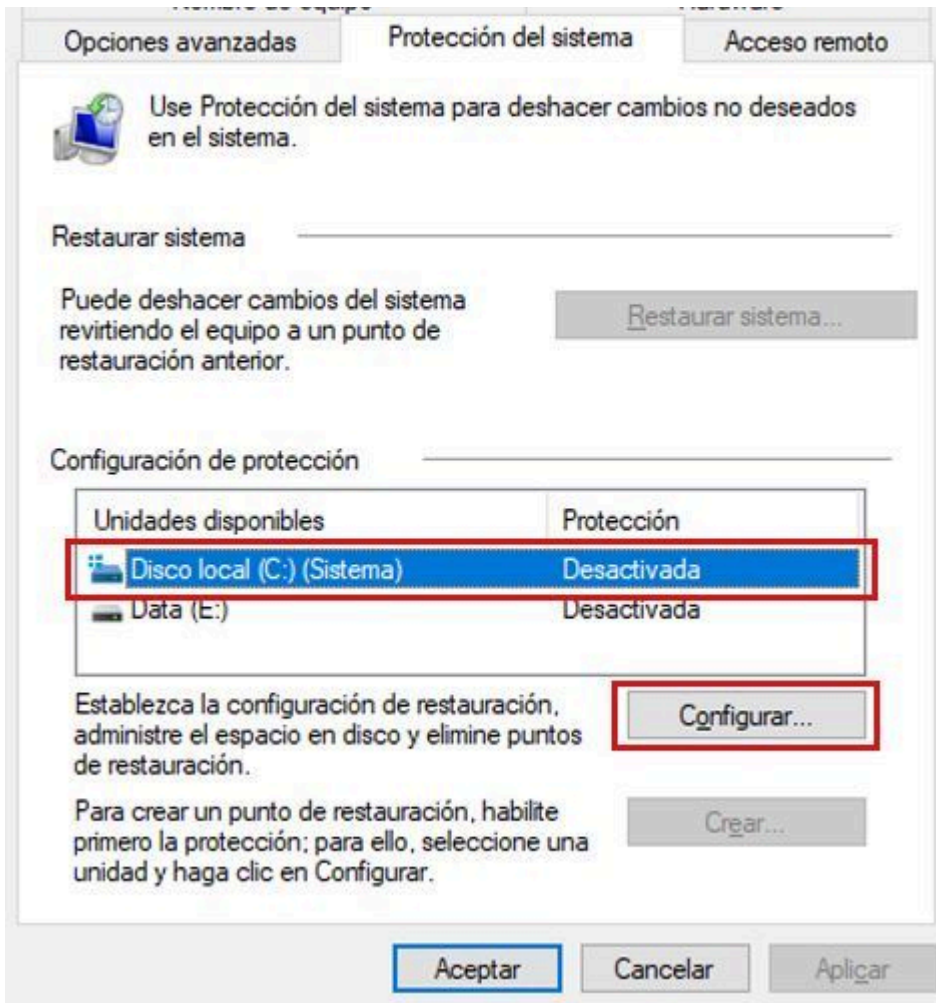
Hacer una copia de seguridad del sistema creando un punto de restauración

La herramienta 'Protección del sistema' suele usarse para arreglar problemas con Windows u otros programas de manera rápida, pero es bueno saber que también te permite crear un punto de restauración para hacer una copia de seguridad del sistema.

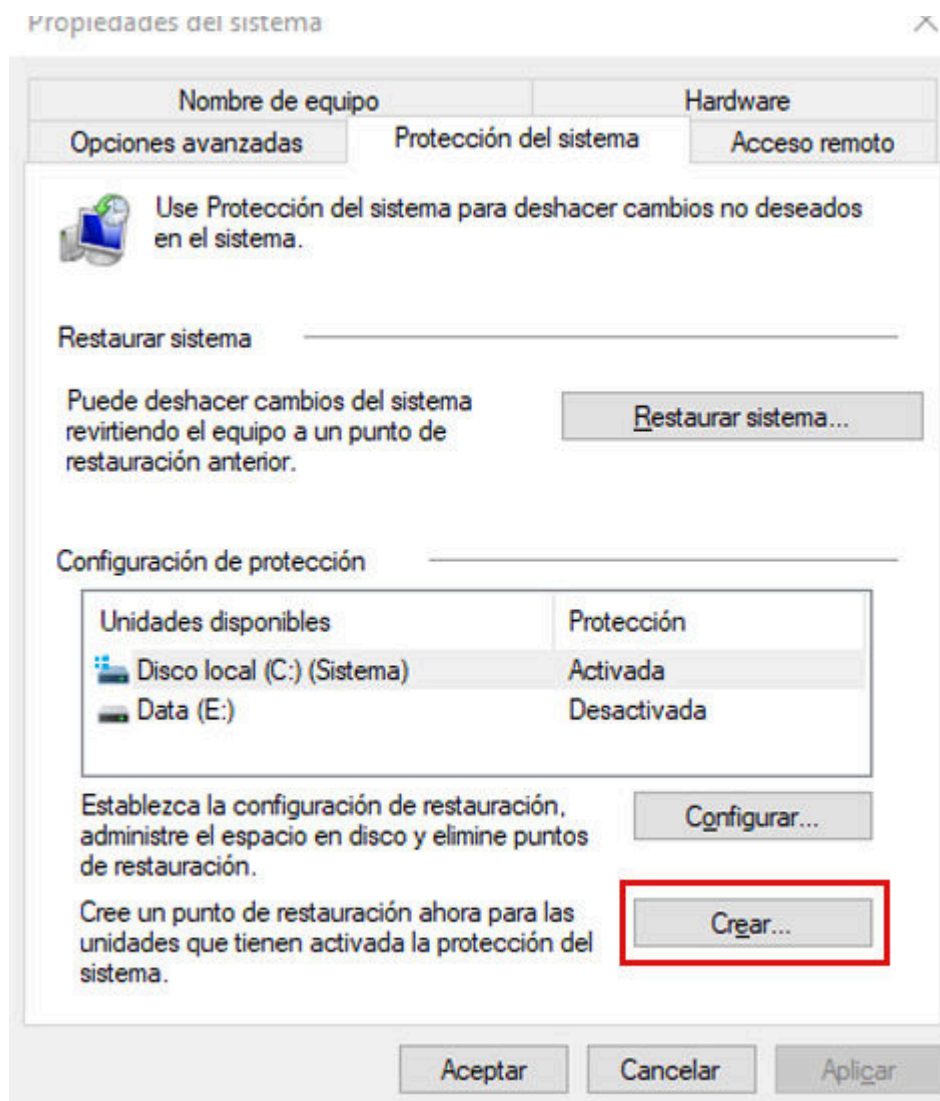
Por otro lado, es bueno saber que Windows crea puntos de restauración de forma automática siempre que instalas un nuevo programa, un nuevo controlador o una nueva actualización del sistema en tu ordenador.

1. Abre la herramienta '**Protección del sistema**'. Para hacerlo, busca '**Crear un punto de restauración**' con la lupa que encontrarás al lado del menú de Inicio.

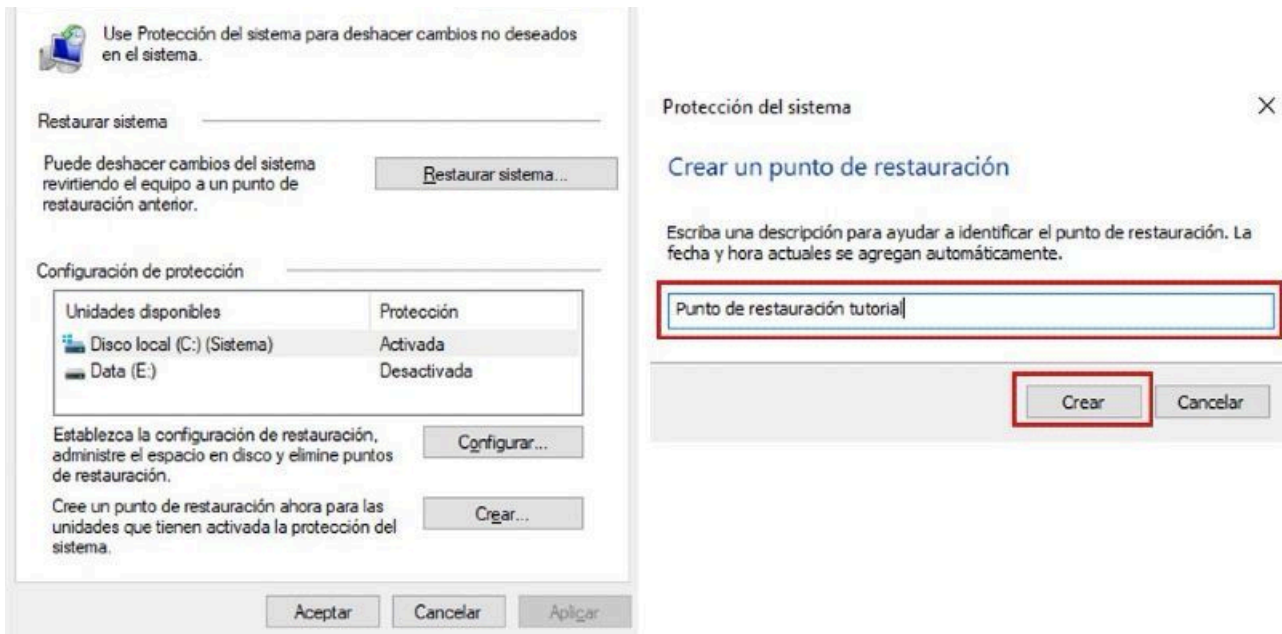
2. Para crear un punto de restauración, deberás primero habilitar la protección de tu disco local, que por defecto está deshabilitada. Así pues, selecciona el **disco C:**, haz clic en '**Configurar**', seguido de '**Activar protección del sistema**' y '**Aceptar**'.



3. A continuación, clic en '**Crear**' para crear tu primer punto de restauración, es decir, una especie de captura del estado de tu Windows -sistema, configuración y



Deberás darle un nombre y volver a clicar en '**Crear**'.

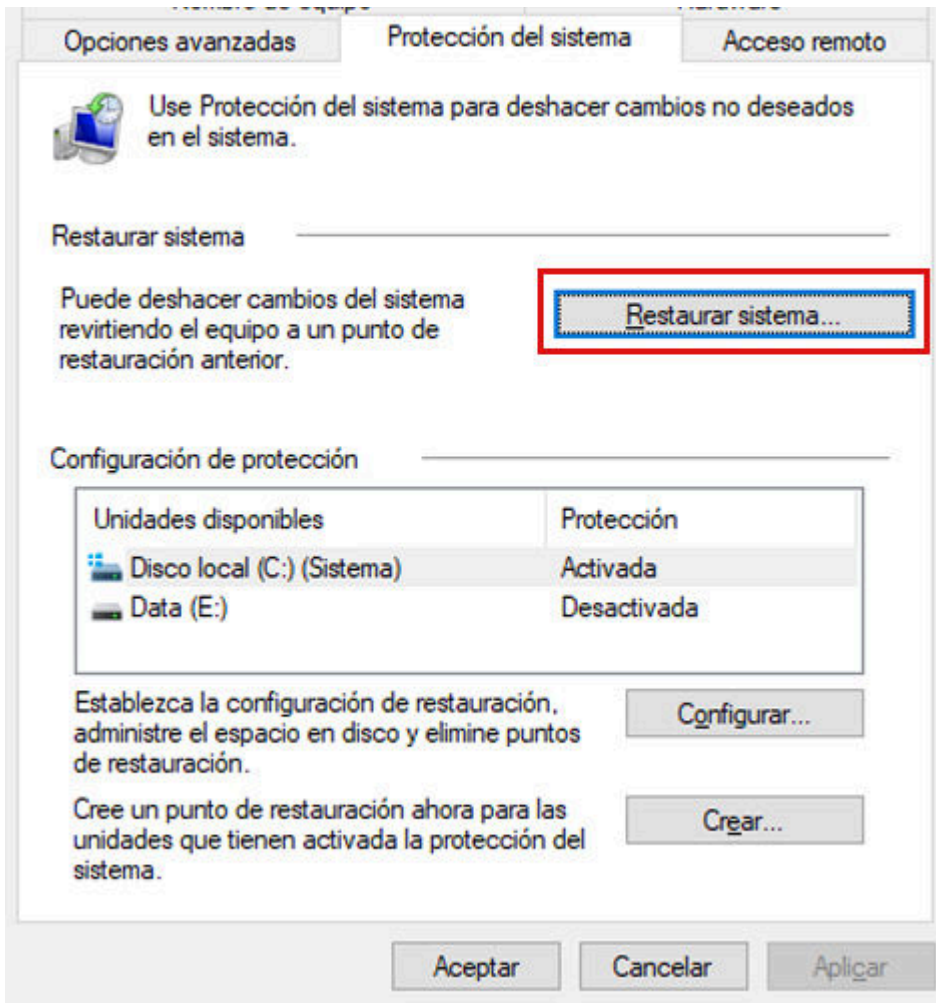


Así de sencillo es crear una copia de seguridad del sistema. De este modo, cuando veas que tu ordenador no funciona del todo bien -o incluso que uno de los programas que tienes instalados te da problemas- siempre podrás volver a un estado del sistema anterior.

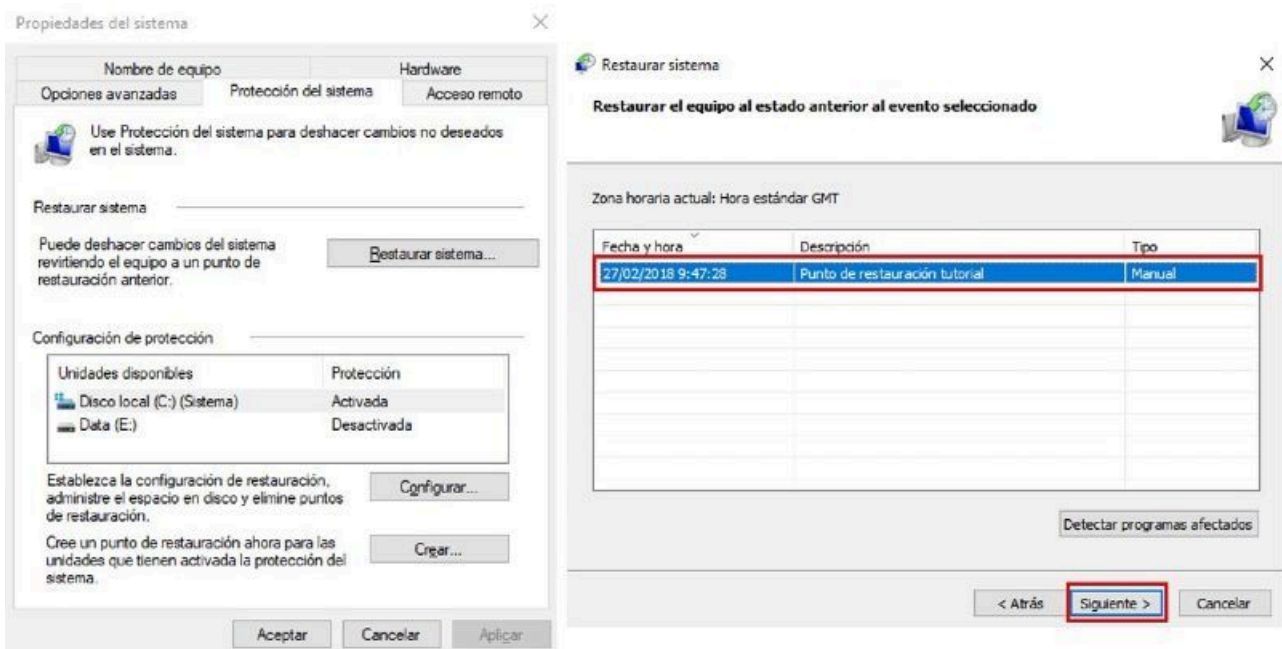
Imagínate, por ejemplo, que intentas usar tu reproductor multimedia, pero siempre te da error. Simplemente recupera el punto de restauración que se creó después de instalarlo y verás que el problema se soluciona.

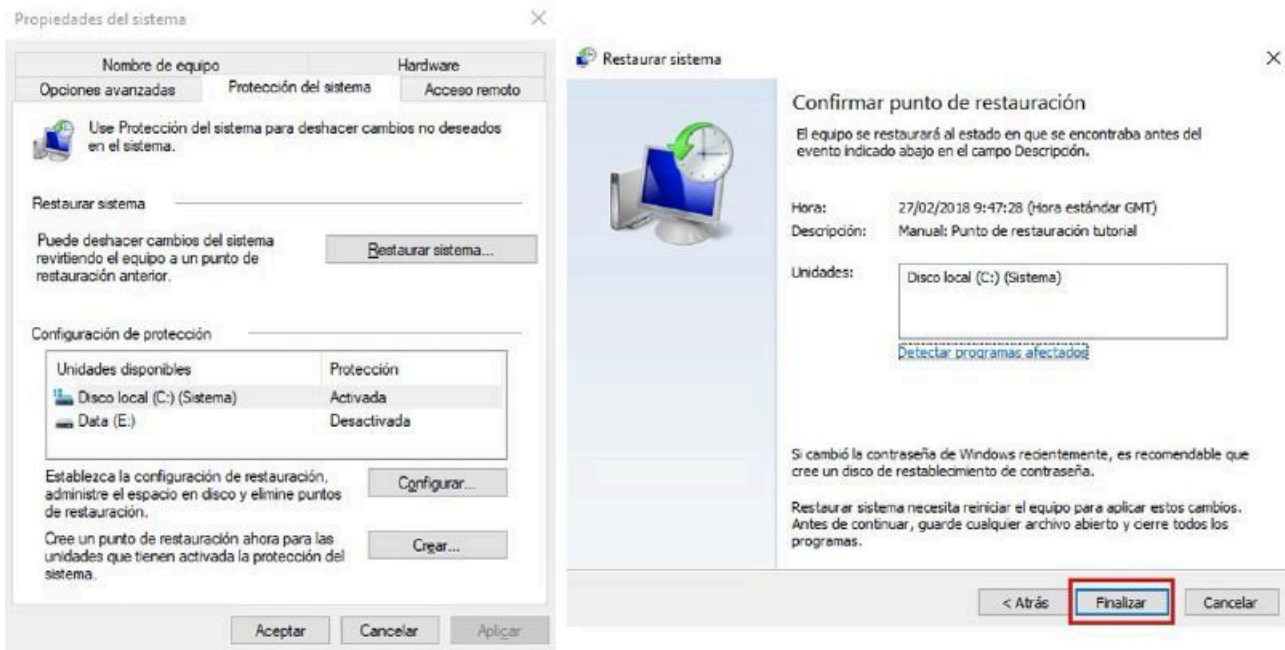
Para recuperar un punto de restauración, deberás seguir los sencillos pasos que te marcamos a continuación:

1. En 'Protección del sistema', clicas sobre 'Restaurar sistema...'.



2. Se abrirá el programa de restauración. Pincha sobre **'Siguiente'** para acceder a los puntos de restauración guardados en tu ordenador, selecciona aquel que quieras restaurar y vuelve a clicar sobre **'Siguiente'**.





4. Tras la restauración, tu ordenador se reiniciará automáticamente para aplicar los cambios, así que es recomendable cerrar todos los programas y guardar los cambios de los documentos que tengamos abiertos.

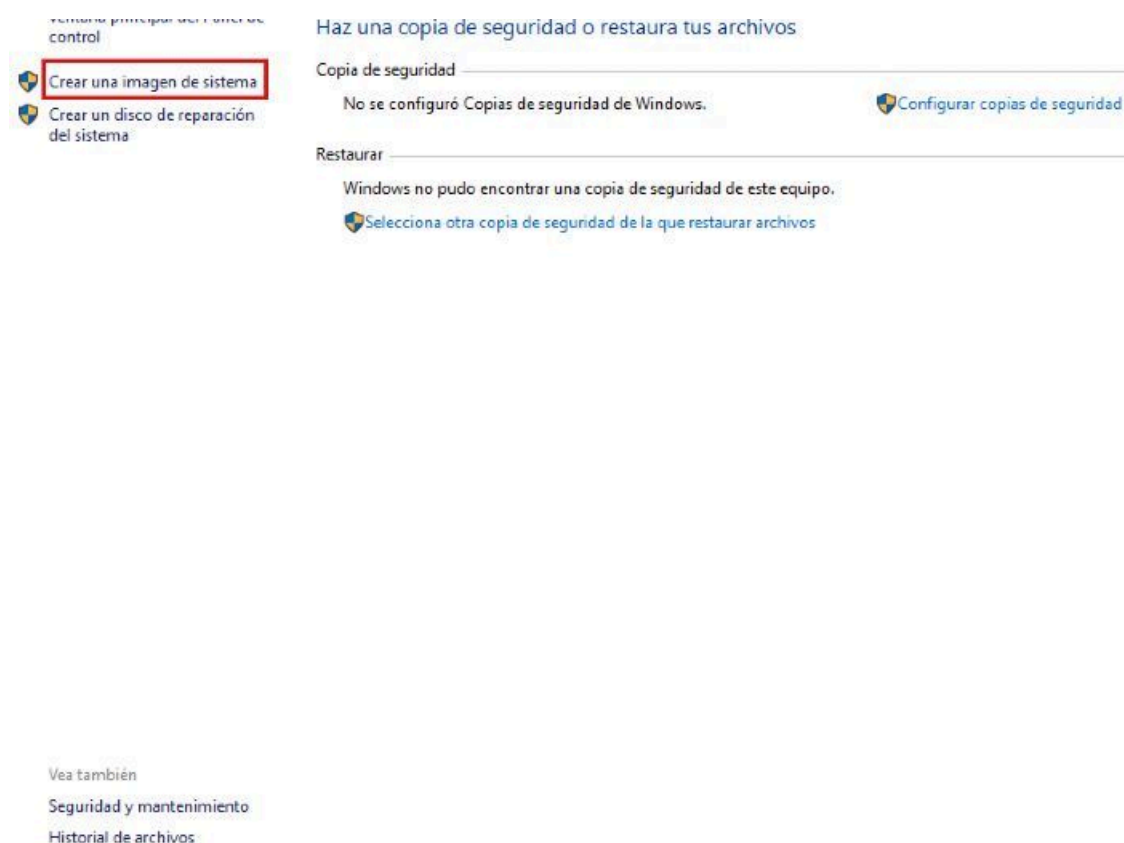
Hacer una copia de seguridad del sistema creando una imagen de sistema

En el caso concreto de Windows 10, la opción principal para crear una copia de seguridad del sistema es una herramienta llamada 'Imagen de sistema'. A continuación te explicamos con detalle cómo utilizarla, un proceso que puede ser algo confuso para algunos.

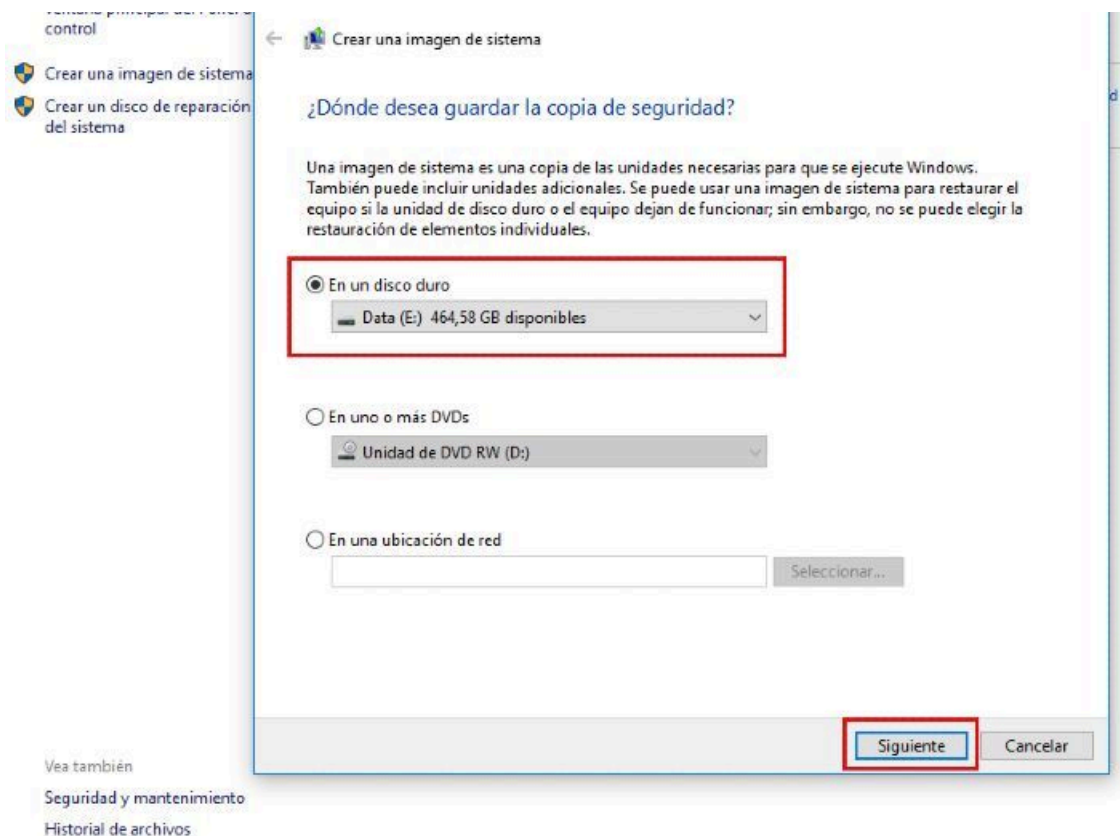
1. Abre el '**Panel de control**' de tu PC y, en el apartado de '**Sistema y seguridad**', selecciona '**Copias de seguridad y restauración (Windows 7)**'.



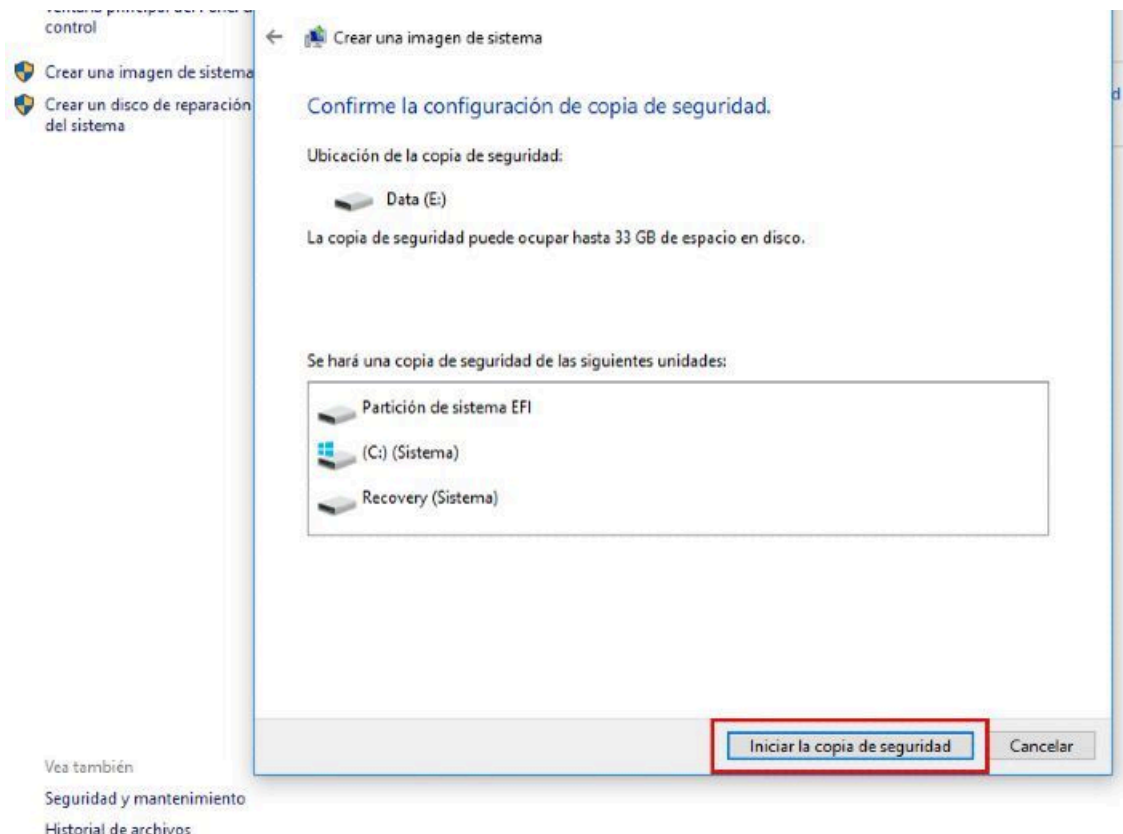
2. En el menú a mano izquierda, clicas sobre la opción '**Crear una imagen de sistema**' para duplicar exactamente el estado actual del disco duro de tu ordenador, es decir, la configuración del Windows 10 y todos los programas y archivos guardados en tu PC.



3. A continuación podrás elegir dónde guardar la copia de seguridad, que por defecto será almacenada en tu disco duro externo. Así, si tienes cualquier problema con tu PC, podrás recuperar fácilmente esta copia del sistema.



4. Finalmente, clic en '**Siguiente**' y confirma la configuración de la copia de seguridad haciendo clic en '**Iniciar la copia de seguridad**'.



Imagínate que días o meses después de crear esta imagen de sistema, tu ordenador empieza a darte problemas. Simplemente, recupera la copia de seguridad en la opción de '**Recuperación**' del apartado '**Actualización y seguridad**' de tu '**Configuración**'.

Ahora bien, hay que tener presente que si recuperas esta copia creada hace tiempo, los cambios que hayas realizado en otros documentos se perderán. Eso se debe a que esta opción no te permite seleccionar archivos concretos, sino que copia todo el sistema.



En este sentido, recomendamos seguir utilizando la herramienta 'Historial de archivos' regularmente para hacer copias de seguridad de tus documentos más importantes. La herramienta 'Imagen de sistema' es el último recurso en una emergencia.

Hacer una copia de seguridad del sistema usando programas externos

Precisamente por los inconvenientes que podemos encontrar al utilizar las herramientas de copias de seguridad integradas en Windows, hay quien prefiere confiar también en aplicaciones de terceros.

ambos de alta calidad pero que pueden resultar algo confusos para usuarios poco experimentados.

Además, aunque su nombre incluye la palabra 'Free' -'Gratis' en inglés-, es bueno saber que para tener acceso a todas las prestaciones, habrá que desembolsar algo de dinero. De hecho, el programa a menudo te instará a que adquieras la versión de pago.

En cuanto otras opciones, destacan [Acronis True Image](#)  y [AOMEI Backupper](#) . De ambas, pese a que la primera ha recibido muy buenas críticas durante años, la segunda aplicación es más barata y más fácil de utilizar para principiantes.

Autor/a: Alba Mora Antoja, Editora

De pequeña, Alba se enamoró de la Game Boy de su hermano y, hoy, siendo editora de Tech Advisor España, utiliza esa misma pasión para analizar la industria tecnológica para que no lo tengas que hacer tú.



Sus artículos te ayudarán a comprender el fascinante, pero a veces complicado, mundo digital. No te pierdas tampoco sus vídeos en YouTube si quieres conocer lo último en smartphones, tablets, portátiles y accesorios.



Últimos artículos de Alba Mora Antoja:

- [¿Cómo cambiar tu nombre de usuario de TikTok?](#)
- [Ya hay fecha para el regreso de Operación Triunfo](#)
- [¿Cuál es el mejor antivirus para Windows?](#)

Tech Advisor te ayuda a encontrar la tecnología que necesitas. Te enseñamos productos que te encantarán y te explicamos cómo aprovecharlos al máximo.



CATEGORÍAS

Copyright © 2024 IDG Communications, Inc. 

Explora la red de Foundry +

VOLVER AL INICIO DEL ARTÍCULO

Privacy Settings