1-Cargar la página del PHPMyAdmin, identificarse como root

2-Seleccionar y copiar en el portapapeles el contenido del fichero banco.sql

3- Pulsar la pestaña de SQL de PHPMyAdmin

4- Pegar el contenido del portapapeles y ejecutar la consulta.

5- Mover la carpeta de seguridad y su contenido al lugar apropiado