## 

## COPIAS DE SEGURIDAD

Las copias de seguridad, si se hacen con regularidad, te permiten mantener a salvo tus fotos, documentos y programas instalados.

Así, un eventual fallo del disco duro o el ataque de un virus arrollador no te pillará desprevenido y te será muy fácil recuperar todos tus archivos y los valores de configuración previos al desastre informático.

En este artículo, aprenderás 5 métodos de 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 -y en gran medida también Windows 7 y 8-, 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 aparte.

## ¿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 una persona de negocios, a la infinita galería personal de fotos, música y vídeos.

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 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.

Existen también aplicaciones de terceros -gratis o de pago- diseñadas para la creación de copias de seguridad. Además, muchos de los discos duros externos 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 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’

3. Al hacer clic, te saldrá un menú con la lista de discos duros externos conectados a tu PC. Simplemente selecciona aquel que quieras usar para la copia de seguridad.

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.

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

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.

### ¿Cómo recuperar archivos desde una copia de seguridad?

Las copias de seguridad no servirían de mucho si no supieras cómo restaurarlas, ¿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.

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.

Cabe recordar que estos servicios en la nube han sido diseñados como plataformas para la sincronización de archivos, y no para hacer simples copias de 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”.

Pero por suerte, Windows 10 cuenta con varias herramientas que hacen de este un proceso mucho más sencillo de lo que pueda parecer. También existen 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, clica en ‘Crear’ para crear tu primer punto de restauración, es decir, una especie de captura del estado de tu Windows -sistema, configuración y aplicaciones, pero no archivos- en una fecha y hora concretas.

Deberás darle un nombre y volver a clicar en ‘Crear’.

1x1 pixel

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’, clica 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’.

3. Por último, deberás confirmar que el punto de restauración seleccionado es realmente el que quieres restaurar. Clica en ‘Finalizar’.

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, clica 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, clica 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.

Existen muchos programas gratuitos disponibles en Internet. Los más populares son EaseUS Todo Backup Free y Backup And Recovery Free de Paragon, 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.