

Ir a disco local C, luego a mysql.

Copiar carpeta data y cambiarle a data-old. Eliminar el contenido de la carpeta data original.

Copiar el contenido de la carpeta backup y pegarlo en la carpeta data.

Copiar el archivo ibdata1 de la carpeta data-old y pegarlo en la carpeta data.

Copiar todas las carpetas de data-old menos mysql, performance-schema y phpmyadmin y pegarlo en la carpeta data.