COMO RECUPERAR MI CUENTA DE INSTAGRAM

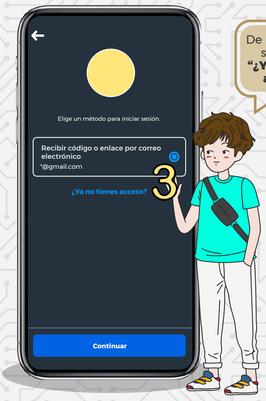
SIN CORREO NI CONTRASEÑA DESDE EL DISPOSITIVO DE CONFIANZA

En la app de Instagram, **en la pantalla de inicio de sesión,** selecciona **"¿Olvidaste tu contraseña?"**

Lo único que **necesitas** es tu **nombre de usuario y un correo electrónico** al que tengas acceso seguro **para poder recuperar tu cuenta.**

Ingresa tu **nombre de usuario** y presiona **"Buscar cuenta"**

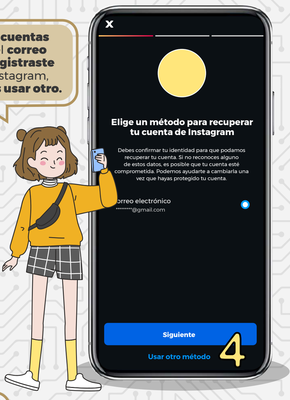
Cuando Instagram encuentre nuestra cuenta, podremos recibir un **código o enlace por correo.** De lo contrario selecciona **"¿Ya no tienes acceso?".**



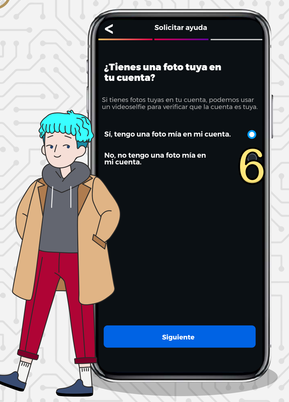
De lo contrario, selecciona **"¿Ya no tienes acceso?".**

Si **no cuentas** con el **correo que registraste** en Instagram, **puedes usar otro.**

Se nos pedirá que **elijamos un método** para recuperar la cuenta, **si no disponemos de ningún método,** selecciona **"Usar otro método".**



El correo es solamente para poder **recibir el código de verificación**



¿Cómo podemos contactarte?
Escribe una dirección de **correo electrónico a la que sabes que tienes acceso.** Usaremos esta dirección para **enviarte mensajes sobre la recuperación** de tu cuenta.

Ingresa tu dirección de correo electrónico

Enviar 7

Recuerda que **puedes realizar el proceso** también **mediante la liga oficial** de la plataforma: https://www.instagram.com/hacked

Una vez recuperada tu cuenta, **utiliza una contraseña robusta con mayúsculas,** minúsculas, números, guiones, **símbolos y activa la 2FA.**

El videoselfie es para coincidir tu **identidad con alguna foto tuya que esté publicada** en tu cuenta, una vez confirmado el proceso, **podrás acceder.**

Se paciente, **los correos de confirmación pueden tardar en llegar** y el acceso a tu cuenta se podría **restablecer hasta pasados dos días.**

SEGURIDAD
SECRETARÍA DE SEGURIDAD Y PROTECCIÓN CIUDADANA
CHIAPAS
GOBIERNO DEL ESTADO
POLICÍA CIBERNÉTICA
cibernetica@sspc.chiapas.gob.mx
800 221 14 84