

# CUIDE SU PRIVACIDAD

## GUÍA DE PROTECCIÓN DE DATOS PARA PERSONAS SÉNIOR

*MAYOR EDAD, MÁS  
EXPERIENCIA, MÁS CONTROL*

Isidro Gómez-Juárez Sidera  
*Departamento Técnico-Jurídico de Audidat*

**audidat**<sup>®</sup>  
PROTECCIÓN DE DATOS



## 1 LA PROTECCIÓN DE DATOS, UN DERECHO FUNDAMENTAL

La protección de los datos personales es un derecho fundamental reconocido en la Constitución Europea y por nuestro Tribunal Constitucional.

De tal modo, en Europa y en España existen normas de protección de datos para facilitar el control de los ciudadanos sobre su información personal (su nombre y apellidos, número de documento nacional de identidad, domicilio, número de teléfono, imagen, historia clínica, datos bancarios, etc.).

*En este sentido, no olvide que usted es el único dueño de sus datos personales.*



## 2 TOME EL CONTROL DE SU PROPIA INFORMACIÓN

Las normas de protección de datos europeas y españolas le reconocen el poder de controlar su información personal.

Este poder de control conlleva una gran responsabilidad. En este sentido, usted puede y debe decidir sobre el uso de sus datos personales por parte de empresas y organizaciones, de acuerdo a las siguientes recomendaciones:

*Es usted quien decide qué usos se han de dar a su información personal (por ejemplo, si una empresa puede utilizar o no su número de teléfono para realizarle llamadas comerciales).*

*Para ello, las empresas y organizaciones han de ser transparentes y darle el control de sus datos, con un lenguaje sencillo y opciones claras que le permitan decidir qué se hará con su información personal.*

*Su dignidad, su libertad personal y su experiencia vital han de ser la base de sus decisiones.*

*Sus decisiones en relación con el uso de su información personal deben de ser respetadas.*

*No permita actitudes paternalistas en relación con la toma de sus propias decisiones.*

*No acepte regalos, descuentos o similares como moneda de cambio de su información personal.*

**Existen ocasiones en las que su poder de decisión puede verse limitado, pero deberá existir una justificación suficiente, como el cumplimiento de una obligación legal o el ejercicio de poderes públicos, que legitime el uso de sus datos sin su autorización. Por ejemplo, cuando los servicios sociales le solicitan los datos necesarios para la tramitación de una ayuda.**

### 3 TRANSPARENCIA

Para poder tomar sus propias decisiones, es muy importante que entienda perfectamente el uso que se va a hacer de sus datos personales. En tal sentido, ha de tener en cuenta los siguientes consejos prácticos:

*Exija siempre información clara y sencilla sobre el uso que se va a hacer de su información personal.*

*Su imagen también es un dato personal sobre el que usted debe decidir (por ejemplo, sobre su publicación en Internet).*

*Usted tiene unos derechos sobre los que también debe ser informado, indicándole en qué consisten y la forma de ejercerlos.*

*Existen recogidas invisibles de información, que pueden pasar desapercibidas para usted, sobre las que ha de ser convenientemente informado (por ejemplo, si una aplicación de su teléfono móvil le puede geolocalizar).*

### 4 SEGURIDAD

La tecnología nos invade. El mejor ejemplo puede encontrarlo en la generación de sus nietos. No obstante, su mayor edad no ha de ser un obstáculo para que usted también se beneficie de todos los avances tecnológicos que pueden mejorar su calidad de vida.

Al igual que está acostumbrado a cerrar la puerta con llave cuando sale de su casa, debe acostumbrarse a proteger los diferentes dispositivos tecnológicos que contengan su información personal.

**¿Ha pensado alguna vez en la cantidad de información que sobre usted, sus familiares y sus allegados contiene su teléfono móvil (mensajes, fotografías, videos, números de teléfono, etc.)?**

En relación con otra serie de dispositivos tecnológicos conectados a Internet, como las pulseras de actividad con las que controlar sus pasos diarios, horas de sueño o frecuencia cardiaca, debe consultar las medidas de seguridad que incorporan para proteger la confidencialidad de sus datos personales. Para ello, visite la web del fabricante y revise el manual de instrucciones del dispositivo. En este sentido, es importante que el dispositivo le ofrezca la confianza suficiente.

*Proteja su teléfono con una contraseña difícil de averiguar por parte de otras personas.*



## 5 ACOSTÚMBRESE A TRATAR CON LOS DELEGADOS DE PROTECCIÓN DE DATOS

Formular una reclamación a la autoridad de protección de datos no ha de ser necesariamente la mejor solución a una posible incidencia en relación con sus datos personales. En ocasiones, dialogar con el responsable de su información puede ser un cauce efectivo para resolver el problema.

En este sentido, muchas empresas y organizaciones tienen obligación de designar un delegado de protección de datos, al cual puede enviar todas sus dudas, sugerencias, quejas y reclamaciones sobre el uso de sus datos, los derechos que le asisten al respecto y cómo ejercerlos. Así por ejemplo, en su hospital o en el Ayuntamiento de su ciudad debe existir un delegado de protección de datos al cual puede dirigirse.

Solicite los datos de contacto del delegado de protección de datos de la empresa u organización con la que esté tratando y comuníquese con él siempre que lo estime oportuno, pues tiene obligación de atenderle adecuadamente y resolver las cuestiones que le plantee sobre el uso de su información personal.



## 6 SI TODO FALLA, PUEDE FORMULAR UNA RECLAMACIÓN A LA AUTORIDAD DE PROTECCIÓN DE DATOS

En España hay una autoridad estatal y dos autoridades autonómicas de protección de datos, ante las cuales puede presentar una reclamación en el caso de que entienda que sus derechos han sido vulnerados:

La Agencia Española de  
Protección de Datos | [www.aepd.es](http://www.aepd.es)

La Autoridad Catalana de  
Protección de Datos | [www.apd.cat](http://www.apd.cat)

La Agencia Vasca de  
Protección de Datos | [www.avpd.es](http://www.avpd.es)

*Visite la página de Internet de la autoridad de protección de datos correspondiente si desea ampliar más información al respecto.*

# ¿Cuida su salud? ¿Y sus relaciones familiares y personales?

Con toda seguridad, su  
respuesta es **SÍ**

## Pero, ¿cuida usted su privacidad?

Esta guía contiene 930 palabras que le orientarán, en un lenguaje claro y sencillo, sobre cómo proteger su información personal, a través de una serie de consejos y recomendaciones prácticas de fácil comprensión. . .

**¿Le dedica el tiempo de tomarse un café?**



AUDIDAT FRANQUICIA, S.L.U., 2019  
[www.audidat.com](http://www.audidat.com)

---

**AVISO IMPORTANTE:** La presente Guía no ha sido elaborada en nombre, por cuenta o en colaboración con ninguna autoridad de protección de datos. La información de carácter general presentada en la misma tiene como exclusiva finalidad contribuir al fomento de una cultura de protección de datos entre las personas mayores, sin que constituya en caso alguno asesoramiento de ningún tipo. Deberá hacerse un uso responsable de la misma, debiendo atenderse, siempre y en todo caso, a lo establecido en la normativa vigente de protección de datos personales y a las indicaciones, consejos y recomendaciones de las autoridades de control competentes. En tal sentido, los autores no se hacen responsables de un mal uso de la misma por parte de sus destinatarios. La presente Guía está elaborada a fecha 26 de marzo de 2019 y los autores no asumen compromiso alguno de actualización o revisión de su contenido. El pictograma de personas mayores es resultado de la colaboración de profesionales del Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (CEAPAT) y del Foro LideA (Liderazgo de personas mayores).