

# Cómo usar Zoom para hacer videollamadas



## ¿Qué es Zoom?

Zoom es una de las plataformas de videoconferencia más populares del mundo. Permite ver y hablar con cualquier persona, en cualquier parte del mundo, en tiempo real.

Se puede hacer una videollamada a otro usuario o participar en una videollamada de grupo con otras personas. Millones de personas usan Zoom cada día por muchos motivos, como celebrar reuniones de negocios, asistir a clases por Internet, acudir a citas médicas y conectarse con amigos y familiares.

Como con cualquier aplicación en línea, es importante saber cómo usar Zoom de forma segura.

## Qué se necesita para usar Zoom

- Una conexión a Internet
- Un dispositivo "inteligente"
- Un plan de datos de Internet en casa o móviles

### Conexión a Internet

Zoom utiliza las funciones de vídeo y audio de su dispositivo al mismo tiempo. Para ello se requiere una conexión a Internet estable y de alta velocidad para garantizar una buena calidad. Si su conexión es lenta, notará retardos en la imagen, que se traba, o puede que el sonido llegue distorsionado.

### Dispositivo

Necesitará un dispositivo "inteligente" (con acceso a Internet), como una computadora de sobremesa, una portátil, un iPad o un teléfono móvil. Lo que es más importante, necesitará que el dispositivo tenga una cámara integrada, o bien conectar una cámara externa a su computadora de casa.

### Plan de datos

Zoom puede consumir una gran cantidad de datos de su cuota y el consumo aumenta a medida que más personas se unen a la llamada. Por tanto, asegúrese de tener suficientes datos.

## Iniciación a Zoom

### Si usa una computadora de sobremesa o una portátil

1. Abra el navegador web de su equipo e introduzca <https://zoom.us/> en la barra de direcciones o de búsqueda.
2. Haga clic en el botón "REGÍSTRATE, ES GRATIS" ("SIGN UP IT'S FREE") para crear una cuenta.

Siga las instrucciones e introduzca sus datos personales, incluida su fecha de nacimiento, nombre y dirección de correo electrónico. También se le pedirá que cree una contraseña. Asegúrese de crear una contraseña fuerte y segura.

3. Zoom le enviará un enlace de verificación a su dirección de correo electrónico y usted deberá hacer clic en él para activar su cuenta.
4. Una vez que la cuenta esté activada, descargue el cliente de escritorio (desktop client) en su computadora para empezar a usar Zoom.

### Si usa un dispositivo móvil

1. Vaya a la Play Store o la App Store.
2. Busque la aplicación de reuniones Zoom.
3. Descargue e instale la aplicación siguiendo las instrucciones.

## Cómo usar Zoom

Una vez que haya iniciado sesión, use el menú de la página de inicio para desplazarse por la aplicación y personalizar su cuenta de Zoom. Puede acceder y modificar la información de su perfil y los ajustes de privacidad y contraseña, además de organizar reuniones y ver sus invitaciones.

### El organizador de la reunión

- Convoca la reunión y envía las invitaciones por correo electrónico.
- Controla quién puede unirse a la reunión, quién puede hablar y cuándo termina la reunión.
- Puede enviar un código de acceso a los participantes para impedir que se unan personas que no han sido invitadas.
- Puede cambiar los ajustes de seguridad para proteger a los participantes bloqueando la reunión, ocultando las fotos de perfil de los participantes y deshabilitando los mensajes del chat.

### Los participantes de una reunión

- Reciben un correo electrónico con la invitación para unirse a la reunión, donde

se incluye la fecha y la hora, un enlace a la "sala" de reunión y un número de ID (identificación) de la reunión.

- Se les puede enviar un código de acceso para entrar, en caso de que la reunión sea restringida.

**Consejo:** Para organizar una reunión, haga clic en "Programar una reunión" ("Schedule a Meeting") en la parte superior derecha de la pantalla y siga las instrucciones para invitar a participantes desde su lista de contactos (Contacts List). En ese momento también puede agregar los datos de la reunión, como el tema y la fecha y hora propuestas. Zoom generará automáticamente un ID de la reunión y un código de acceso únicos.

### Durante una reunión

- Utilice los ajustes para seleccionar la cámara o el micrófono que desee usar.
- Puede mostrar su pantalla a los demás, "chatear" con los participantes de la reunión escribiendo un mensaje, y compartir sus reacciones mediante emojis y símbolos.
- Silencie el micrófono cuando no quiera que nadie le oiga ni que se oiga el ruido de fondo del lugar donde se encuentre.
- Apague la cámara si no quiere que los otros participantes le vean.
- Utilice los ajustes de la cámara para cambiar el fondo si no quiere que los otros participantes vean dónde está. Para ello, elija uno de los fondos virtuales de Zoom o suba una imagen que tenga guardada.
- Si desea usar un filtro para cambiar su aspecto, haga clic en la flecha situada junto al icono de vídeo para elegir una opción. Para volver a cambiarlo, haga clic en el icono de vídeo.

## Funciones de accesibilidad

- Subtítulos cerrados
- Atajos de teclado
- Transcripciones automáticas
- Soporte para lectores de pantalla



Para obtener más información sobre las opciones de accesibilidad de Zoom, visite [zoom.us/accessibility](https://zoom.us/accessibility).

## Cómo mantener la seguridad en Zoom

Una contraseña segura le ayuda a protegerse del fraude financiero y del robo de identidad. No la comparta con nadie.

### Use un ID de reunión aleatoria

- Un ID personal de reunión (PMI) es un número único de 10 dígitos asignado a cada titular de una cuenta. Proporciona acceso a su sala de reuniones virtual.
- Si usted usa su PMI para programar una reunión, cualquier participante que tenga el número puede utilizarlo para unirse a cualquier reunión posterior que usted organice, a menos que bloquee la reunión.
- Es más seguro programar cada reunión nueva con un número de ID generado de forma aleatoria.
- Puede cambiar la configuración de su PMI en el perfil de su cuenta.

## No comparta públicamente los datos de la reunión

Solo envíe el enlace de la reunión y la contraseña a los participantes, y hágalo por correo electrónico. No los envíe por ningún otro medio ni los comparta en las redes sociales.

### Evite compartir información personal

Si usa Zoom para llamar a amigos cercanos y familiares, suele ser seguro hablar con ellos como lo haría en una conversación normal cara a cara. Pero es importante tener cuidado si se conecta con personas que no conozca bien. No comparta datos personales, como su número de teléfono, domicilio o información financiera en la llamada de Zoom ni en los mensajes del chat.

### Piense en lo que pueden ver los demás

Recuerde que los demás participantes de la llamada de Zoom pueden ver todo lo que ve su cámara, a menos que use un fondo virtual. También es conveniente cerrar todas las ventanas de su pantalla que desee mantener privadas, especialmente las que contengan sus datos financieros personales.

## Compruebe el sonido

Recuerde comprobar si tiene activado el micrófono. Por lo general, es mejor silenciarlo cuando no se esté hablando, así no se comparte por error ninguna conversación personal ni se interrumpe la reunión.

Para obtener más información sobre el uso de Zoom, visite: [beconnected.esafety.gov.au/how-to-use-zoom](https://beconnected.esafety.gov.au/how-to-use-zoom)

Para obtener más información sobre la privacidad y seguridad de Zoom, visite [zoom.us/docs/en-us/privacy-and-security.html](https://zoom.us/docs/en-us/privacy-and-security.html)

**CONSEJO:** ¿Usa Zoom para estar en contacto con personas menores de edad de su entorno? Encontrará consejos prácticos sobre seguridad en Internet para abuelos/as y cuidadores/as en:

[esafety.gov.au/seniors/online-safety-grandparents-carers](https://esafety.gov.au/seniors/online-safety-grandparents-carers)

## Tómese el tiempo para descubrir Be Connected

Be Connected es un sitio web muy completo con recursos gratuitos diseñados específicamente para ayudar a las personas mayores de Australia a conectarse en línea de forma segura y a navegar el mundo digital con confianza. También es un sitio útil para las familias y las organizaciones comunitarias que deseen ayudar a las personas mayores de la comunidad a acceder a todos los beneficios de Internet.

[beconnected.esafety.gov.au](https://beconnected.esafety.gov.au)

