

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"



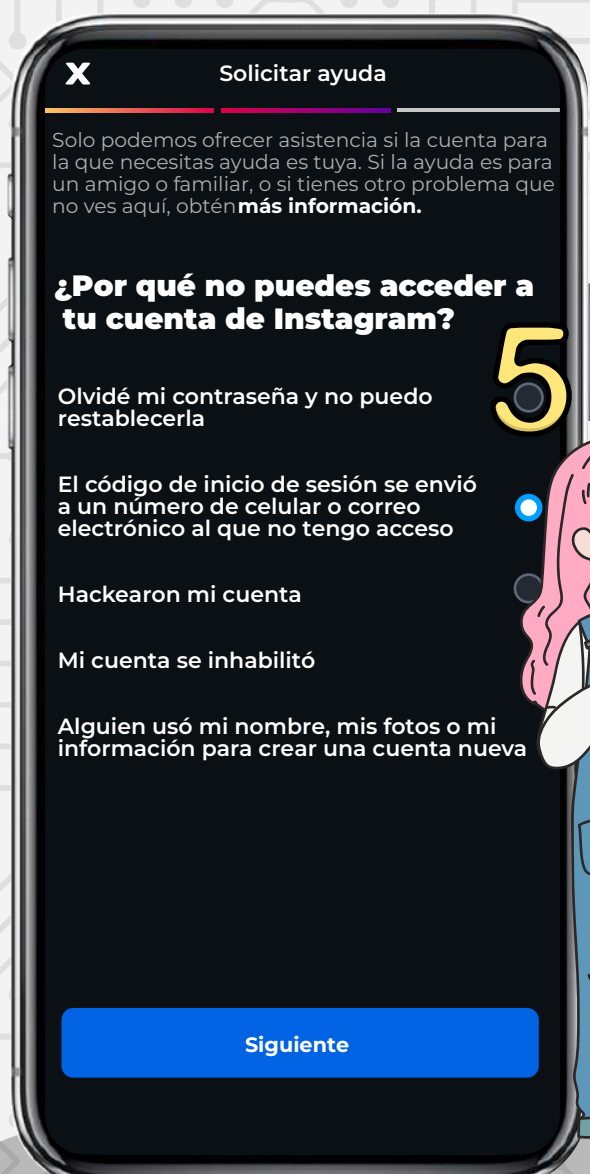
Cuando Instagram encuentre nuestra cuenta, podremos recibir un **código o enlace por correo.** De lo contrario selecciona "¿Ya no tienes acceso?".

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

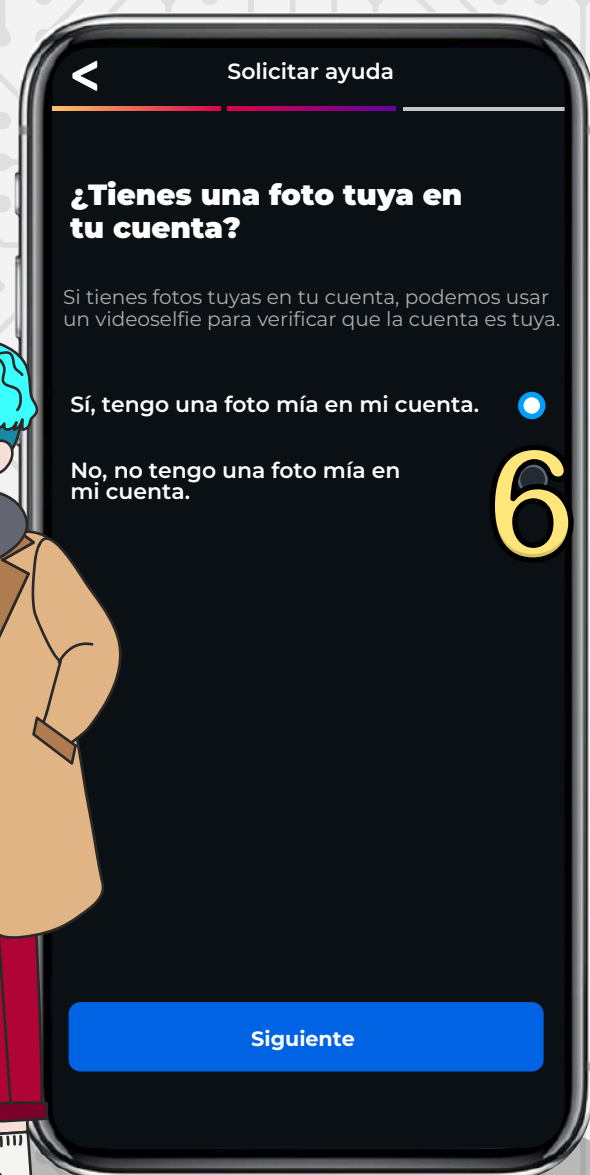
Se nos pedirá que **elijamos un método** para recuperar la cuenta, **si no disponemos de ningún método**, selecciona "Usar otro método".



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



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>

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

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



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

