Apagar o reiniciar tu teléfono diariamente mejora su rendimiento

Los teléfonos celulares son una parte integral de la vida cotidiana de las personas. Se utilizan para trabajar, jugar y ver series o películas. Debido a esto y al alto costo de los dispositivos nuevos, es crucial cuidarlos.

Hay una acción simple que puede mejorar significativamente el rendimiento de tu teléfono: apagarlo o reiniciarlo diariamente. Este hábito, recomendado por los fabricantes, ayuda a prevenir bloqueos, ralentizaciones y problemas de ciberseguridad. Algunos sugieren incluso apagarlo una vez por semana y dejarlo reposar unos minutos antes de encenderlo nuevamente.

El reinicio regular, aunque pueda parecer tedioso y fácil de olvidar, se puede automatizar en dispositivos Samsung o Xiaomi a través de los ajustes, permitiendo que el teléfono se reinicie automáticamente a una hora específica, como durante la noche.

¿Cuáles son las ventajas de reiniciar el teléfono?

Primero, aunque los smartphones modernos tienen más memoria RAM que nunca, la gestión de esta sigue siendo un desafío para los sistemas operativos. Con el uso diario, se acumulan procesos en segundo plano que consumen recursos y afectan el rendimiento del dispositivo. Reiniciarlo libera la memoria RAM y permite que el sistema funcione de manera óptima.

Además, reiniciar el teléfono mejora la seguridad. Al hacerlo, se eliminan temporalmente las conexiones de red y se cierran todos los procesos en ejecución, dificultando el acceso de ciberdelincuentes a tu información personal o la instalación de malware. Aunque no evitará completamente que te hackeen, hará que los hackers tengan que esforzarse más para mantener el acceso y robar datos.

«Reiniciar regularmente los teléfonos no detendrá por completo a los ciberdelincuentes o empresas de espionaje que buscan acceder a nuestra información, pero hará que incluso los hackers más sofisticados tengan que trabajar más para mantener el acceso y robar datos», comenta Angus King, del Comité de Inteligencia del Senado Estadounidense.

Con información de Computer Hoy