

RECOMENDACIONES PARA UNA EXPERIENCIA EXITOSA EN INTERNET COMUNIDAD UPAEP

Las siguientes recomendaciones están dirigidas a la Comunidad UPAEP para lograr una experiencia exitosa de las actividades académicas usando Internet desde casa como estudiante, colaborador o profesor. Todas y cada una de las recomendaciones pueden ser fundamentales para desempeñar agradablemente el tomar clases, hacer tareas, preparar las clases o trabajar.

Las recomendaciones generales consisten en asegurar estos elementos:

1. Tener un buen ancho de banda de Internet en tu casa o lugar de trabajo.
2. Que el equipo en que trabajas tenga un buen ancho de banda.
3. Que tu equipo tenga los recursos necesarios para tu aplicación en Internet.
4. Que no existan factores que afecten tu experiencia en Internet.

Asegurar un buen ancho de banda de Internet en tu casa o lugar de trabajo

La primera recomendación es asegurar la velocidad de Internet adecuada a la actividad que se va a desempeñar. Es importante medir la calidad en el momento de la actividad que se va a realizar porque la velocidad de todo proveedor cambia constantemente. Se recomienda usar una herramienta como “Speedtest” cuya liga es:

<https://www.speedtest.net/es>

Al dar clic a la liga se obtendrán las características más importantes de tu calidad de Internet como lo son la “velocidad ping”, la capacidad de descarga, la capacidad de carga y quién es tu Proveedor de Servicios de Internet:



Los resultados más importantes acerca de la calidad de tu Internet se muestran en la Tabla de Recomendaciones siguiente:

| Letra | Característica | Significado o Importancia | Recomendación |
|-------|----------------|---------------------------|---------------|
|-------|----------------|---------------------------|---------------|

| | | | |
|---|------------------|--|------------------------------------|
| A | Ping | Ping mide la velocidad actual desde tu computadora hacia el servidor de Speedtest. Te da una referencia de la rapidez en que la información viaja en Internet. | No mayor a 250ms. |
| B | Descarga | Es la capacidad que tienes en Megabits en este momento para bajar información desde Internet a tu computadora. | Al menos 5 Megabits por aplicación |
| C | Carga | Es la capacidad que tienes en Megabits para enviar información desde tu computadora hacia Internet. | Al menos 5 megabits por persona |
| D | Proveedor | Es tu Proveedor de Internet. | Fibra óptica |

Asegurar que el equipo en que trabajas tenga un buen ancho de banda

No es lo mismo que tu casa tenga un buen Internet a que el equipo en que trabajas lo tenga en el momento en que lo necesitas. Por ejemplo, otra persona en tu casa podría estar viendo Netflix o jugando en línea por lo cual el ancho de banda disponible para todos los miembros de la familia varía de acuerdo al consumo de cada quién. Para lograr un buen ancho de banda en un equipo particular en un momento específico:

1. Obtener el tiempo de respuesta “ping”, velocidades de carga y descarga con Speedtest.
2. De preferencia, usar un equipo que tenga cable hacia el router del Proveedor de Internet. El Cable UTP se muestra en la siguiente imagen:



3. En el caso de que no sea posible conectarse mediante un cable al router, asegurarse de que esté lo más cerca posible al router.
4. En caso de problemas, pedirle al resto de los miembros de la familia que se desconecten del Internet.
5. Volver a medir con Speedtest para ver si el “ping” y la capacidad de carga y descarga mejoró a los valores recomendados en la Tabla de Recomendaciones.

Asegurar que tu equipo tenga los recursos necesarios

Enseguida verás una lista de características y factores que son recomendables antes de iniciar tu sesión de clase o trabajo por Internet:

1. Reinicia tu computadora, tableta o celular.
2. Reinicia tu módem o router de tu Proveedor de Internet.
3. Abre solamente las aplicaciones indispensables para lo que vas a hacer. Opcionalmente mide tu velocidad con Speedtest para que vayas teniendo experiencia de los valores adecuados cuando tu sesión funciona bien y cuando no. Cierra el Speedtest.
4. Vacía tu papelera de reciclaje. Tener muchos archivos ahí hace lenta la computadora.



5. Si usas laptop o tableta a través de la red inalámbrica y tu velocidad es muy pobre, y tu dispositivo tiene entrada USB, puedes adquirir un adaptador USB a Ethernet y entonces acceder a Internet mediante cable UTP. En la tienda de electrónica solicita que te prueben el adaptador en tu dispositivo antes de adquirirlo para que no gastes inútilmente. El adaptador es similar al mostrado en la imagen:



6. Se recomienda usar equipos que tengan 8 Gigabytes de RAM y procesador Intel i3 o superior.
7. Si tu computadora tiene 4 Gigabytes de RAM o menos, considera invertir en una nueva. También puedes mejorar significativamente su rendimiento aumentando la memoria a 8 Gigabytes de RAM y cambiando el disco duro mecánico a un disco duro de estado sólido.
8. Si eres Profesor, considera que todos los elementos o factores que hacen lento tu Internet, tu ancho de banda o que hagan lenta las aplicaciones que usas para dar tu clase te afectarán a ti, pero lo más grave es que afectará a todos tus estudiantes. Y todo esfuerzo que te haga más rápido tendrá un efecto multiplicador positivo en todos tus estudiantes.

Asegurar que no existan factores que afecten la experiencia del uso de Internet

Dependiendo del tipo de actividad que desempeñas como Profesor, Estudiante o Colaborador UPAEP, considera las siguientes recomendaciones:

1. Verificar que en tu disco duro no haya software ni información ajena a tu actividad esencial.
2. Verificar que tu disco duro no sobrepase el 85% de espacio ocupado. Un disco duro lleno hace lento todo el sistema.
3. Asegúrate que tu equipo tenga instalado un antivirus y escanéalo al menos una vez a la semana para eliminar cualquier malware.
4. Si tu conexión a la red es por cable UTP, desactiva el WiFi en el equipo cableado.
5. Realiza pruebas de tu audio y video con anticipación a tu clase. Ajusta el volumen del sonido y si tienes varios sistemas de sonido, elige el adecuado.
6. Si eres Profesor, comprueba si la calidad de audio y video, el tamaño de los elementos que compartes son adecuados. Abre una sesión como Profesor y otra como estudiante para comprobarlo.