Muestra / A08

Liberar espacio en el móvil

Gratis: dos de las ocho tareas, completas

Para quien tiene el aviso de almacenamiento lleno en el iPhone o en Android y no quiere borrar lo que no debe. Cada tarea dice qué se pierde en cada botón, dónde recuperarlo y durante cuántos días.

El móvil cargado o enchufado a la corriente, el código de desbloqueo, Wi-Fi y acceso a tus cuentas (Apple, Google o Samsung). Para la tarea 07, un ordenador y un cable de datos, o espacio en la nube, que puede tener un coste aparte. Algunas opciones de Android solo existen a partir de Android 14 o 15.

Incluido en la guía completa

01 Ver qué ocupa el espacio y confirmar las copias (en esta muestra)
02 Fotos y vídeos sin perder ninguno
03 WhatsApp: archivos grandes y descargas automáticas (en esta muestra)
04 Apps: quitar sin perder los datos
05 Mensajes, adjuntos y vídeos descargados
06 Descargas, archivos y el navegador
07 Llevar fotos y archivos al ordenador o a la nube
08 Una rutina para que no vuelva a llenarse

Los nombres de los botones siguen las páginas oficiales en español de España, consultadas en noviembre de 2026: en el iPhone, iOS 27; en la página de Samsung, la versión de abril de 2026. Pueden cambiar con el modelo, la marca y la versión del sistema; si no encuentras uno, usa la búsqueda de Ajustes o abre la fuente oficial indicada en la tarea.

Tarea 01

Ver qué ocupa el espacio y confirmar las copias

Saber qué llena el móvil y tener una copia reciente antes de borrar lo que sea.

01 iPhone: abre Ajustes, toca «General» y «Almacenamiento del iPhone». En la parte superior ves el espacio disponible; debajo, las recomendaciones y la lista de las apps, cada una con el espacio que ocupa. Las descargas de Safari y lo que está en «En mi iPhone», en la app Archivos, cuentan dentro de las apps. Escribe en la hoja las tres categorías o apps que más ocupan.

02 Android: abre Ajustes, toca «Almacenamiento» y elige una categoría para ver qué ocupa.

03 Antes de borrar, confirma las copias y escribe las fechas en la hoja. iPhone: Ajustes, tu nombre, iCloud, «Copia de Seguridad de iCloud»; la fecha y la hora de la copia más reciente aparecen en «Realizar Copia de Seguridad Ahora». Con Fotos en iCloud, las fotos no entran en esta copia: están sincronizadas, y borrar una en el iPhone la borra en todas partes. Google Fotos: el estado «Copia de seguridad completada». WhatsApp: Ajustes, Chats, Copia de seguridad.

Confirma el resultado

Tienes en la hoja el espacio disponible, las tres categorías o apps que más ocupan y las fechas de las copias del móvil, de las fotos y de WhatsApp.

Si algo no sale como se esperaba

Si una copia no tiene fecha reciente, no borres nada antes de hacerla: el kit de iOutlet «Copias de seguridad que funcionan», vendido aparte, tiene los pasos. Con la nube llena, la copia no se hace (tarea 07). En el iPhone, el sistema elimina por sí solo los archivos en caché y temporales cuando necesita espacio: no tienes que borrarlos tú.

Apple: gestionar el almacenamiento del iPhone · Apple: comprobar el almacenamiento del iPhone · Google: liberar espacio en Android · Apple: copia de seguridad en iCloud · Google: copia de seguridad en Google Fotos (Android) · WhatsApp: liberar espacio de almacenamiento

Tarea 03

WhatsApp: archivos grandes y descargas automáticas

Liberar el espacio que ocupa WhatsApp sin borrar las conversaciones que quieres guardar.

01 Primero, qué se pierde. Eliminar un archivo en WhatsApp es permanente: ya no puedes volver a descargarlo desde la conversación y desaparece de la copia de seguridad en la siguiente copia. Solo desaparece para ti; los demás siguen viéndolo. Verlo en la galería no basta, porque puede ser el mismo archivo. Si una foto o un vídeo te importa, guarda antes una copia fuera de WhatsApp (Google Fotos, iCloud u ordenador), ábrela allí y solo entonces bórralo. Si te ofrece eliminarlo también de la galería del dispositivo, deja esa opción desmarcada.

02 Abre WhatsApp. Android: Ajustes, «Almacenamiento y datos», «Administrar almacenamiento». iPhone: toca tu foto del perfil, «Almacenamiento y datos», «Administrar almacenamiento». Arriba ves el espacio que ocupa WhatsApp en el móvil.

03 Para ver qué pesa en una conversación: ábrela, toca el nombre y «Administrar almacenamiento». Los archivos aparecen de mayor a menor tamaño. Borra solo los que ya no quieras.

04 En «Almacenamiento y datos», en la sección «Descarga automática de archivos», elige qué se descarga automáticamente. iPhone: para cada tipo, «Nunca» o «Wifi». Android: desmarca los tipos en «Descargar con datos móviles», «Descargar con wifi» y «En itinerancia de datos». Lo que no se descarga queda en la conversación hasta que lo toques.

Confirma el resultado

El espacio que aparece arriba en «Administrar almacenamiento» ha bajado, las conversaciones que querías siguen ahí y la descarga automática está como la elegiste.

Si algo no sale como se esperaba

Con el móvil casi sin espacio, WhatsApp puede dejar de funcionar como debe. No borres la copia de seguridad de WhatsApp para ganar espacio: es permanente y es la que te permite restaurar las conversaciones.

WhatsApp: liberar espacio de almacenamiento · WhatsApp: configurar la descarga automática

En el kit completo

Esta muestra tiene 2 de las 8 tareas. Las otras 6 tratan de las fotos, las apps, los mensajes, las descargas, la nube y la rutina mensual, con lo que se pierde en cada botón y los plazos para recuperar:

02 Fotos y vídeos sin perder ninguno

Optimizar en el iPhone, liberar espacio con Google Fotos sin perder los originales y la tabla de lo que se lleva cada forma de borrar.

04 Apps: quitar sin perder los datos

Las tres formas de quitar una app en el iPhone, el archivado de apps en Android y la diferencia entre borrar la caché y borrar el almacenamiento.

05 Mensajes, adjuntos y vídeos descargados

Borrar los adjuntos de una conversación sin borrar la conversación, los 30 días de «Recién eliminados» y la opción que borra sola los mensajes antiguos.

06 Descargas, archivos y el navegador

La carpeta de descargas del iPhone, las tarjetas de limpieza de Files by Google y la casilla de Chrome que no debes marcar.

07 Llevar fotos y archivos al ordenador o a la nube

Pasar las fotos al ordenador, confirmar que abren antes de borrar y qué pasa cuando iCloud o la cuenta de Google se llenan.

08 Una rutina para que no vuelva a llenarse

Las ayudas automáticas del iPhone, de Android y de WhatsApp, y una revisión mensual con la hoja.

Kit completo: 4,90 €, IVA incluido. Incluye la guía, la lista de verificación y la hoja de ejercicios, con versión editable en el navegador.

https://ioutlet.es/recursos-digitales/liberar-espacio-movil/