

[Guía completa: Cómo hacer copias de seguridad de correos electrónicos de Gmail con archivos adjuntos fácilmente](#)

Publicado por: CalebWhite

Publicado el : 22-2-2025 11:35:47

Sin duda, muchas personas salvan sus vidas digitales con Gmail. Muchas veces, resulta vital realizar copias de seguridad de los correos electrónicos de las cuentas de Gmail, ya que, si su cuenta de Google es pirateada o por cualquier otro motivo, no podrá recuperar sus datos. Por lo tanto, existen grandes riesgos de perder datos de forma permanente. Por lo tanto, los usuarios deben evitar este tipo de desastres realizando copias de seguridad de sus datos. La cuestión ahora es cómo realizar copias de seguridad de los correos electrónicos de Gmail, incluidos los archivos adjuntos. En este blog, repasaremos varias formas en las que un usuario puede realizar copias de seguridad de los datos de Gmail. Empezaremos por cómo se puede hacer con el software de Google, Google Takeout.

[DESCARGAR AHORA](#)

Método de copia de seguridad de correo electrónico de Gmail, incluidos los archivos adjuntos
Los usuarios de Google Takeout pueden descargar Google Mailbox como archivo comprimido. Este programa se puede utilizar rápidamente para realizar copias de seguridad de todo el correo de Gmail o para migrar datos de Gmail a los dominios de los usuarios. Ofrece un almacenamiento asequible y seguro para diferentes activos digitales. Puede realizar copias de seguridad de los correos electrónicos de Gmail con archivos adjuntos mediante el sitio web de Google Takeout o descargando sus datos desde el Panel de control de Google.

Pasos para descargar datos de Gmail con Google Takeout

Primero, seleccione todo lo seleccionado para eliminar, luego haga clic en el botón que muestra Correo para hacer una copia de seguridad del correo electrónico de la cuenta de Gmail.

Aquí también puedes agregar las etiquetas que desees que se incluyan.

La siguiente decisión será seleccionar entre las formas de exportación: archivo único o exportaciones programadas cada dos meses durante un año.

Después de esto, hay que elegir el tipo de archivo, que puede ser .zip.

La capacidad de archivo varía entre 2 GB y 50 GB. El usuario puede elegir entre un rango que abarque estos dos. El tamaño predeterminado es de 2 GB.

Haga clic en Crear archivo ahora.

Haga clic en el botón de descarga que muestra lo siguiente para descargar Google Mailbox en una PC o en un disco duro externo.

Se abrirá una ventana que le solicitará su contraseña de Gmail. Una vez que ingrese su contraseña, se mostrará el archivo descargado en el formato deseado.

Deficiencias de Google Takeout para realizar copias de seguridad de correos electrónicos de Gmail con archivos adjuntos

El usuario debe reconstruir el archivo nuevo en caso de que se interrumpa la conexión a Internet.

Dado que hay grandes cantidades de datos de usuarios, este es un procedimiento que consume mucho tiempo.

Si el archivo comprimido no se almacena inmediatamente después de su creación, no será accesible dentro de unos días.

El uso de Google Takeout no permite conservar los datos de Gmail en el formato preferido, como

por ejemplo PST, EML y MSG.

Este software no tiene capacidad de copia de seguridad incremental.

Copia de seguridad de correo electrónico de Gmail: Copia de seguridad mediante Gmail

Como ya comentamos en la introducción, Gmail no ofrece ningún mecanismo para realizar copias de seguridad de los datos de forma automática. Además, los correos electrónicos eliminados solo se pueden recuperar si el usuario dispone de una copia de seguridad local de los mismos, ya que los correos electrónicos guardados en la papelera se destruyen automáticamente al cabo de treinta días.

Copia de seguridad de Gmail en múltiples formatos de archivo de forma profesional

Esta aplicación nos permite hacer copias de seguridad de los correos electrónicos de Gmail con archivos adjuntos y nos permite guardarlos en un destino designado sin comprometer la integridad de los datos. La **herramienta [DataVare Gmail Backup Expert](#)** realiza copias de seguridad de todo el texto del contenido del correo electrónico. Su característica principal es la descarga del correo electrónico de Google a un escritorio con archivos adjuntos. Su interfaz fácil de usar ayuda a los usuarios a encontrarla amigable. Gmail Account personaliza el proceso según la demanda después de iniciar sesión. Incluso después de una copia de seguridad de los archivos, la seguridad de los correos electrónicos no se ve afectada. Gmail Backup admite varios formatos de archivo, incluidos los correos electrónicos de copia de seguridad de las cuentas de Gmail en PST, MBOX, EML o MSG. Cualquiera de las aplicaciones compatibles puede importar este archivo. Si ingresa a su cuenta de Gmail utilizando este panel de software, se cargará la página web de O-Authentication, lo que permitirá que la herramienta acceda a sus datos si se selecciona el botón "Aceptar". Los filtros como "seleccionar carpetas" ayudan a elegir carpetas para el proceso de archivo de Gmail. La interfaz de usuario fácil de usar es una característica del diseño gráfico fácil de usar. El software es compatible con MS Outlook y las versiones del sistema operativo Windows. Ofrece una versión demo gratuita para probar la aplicación.

Procedimientos para utilizar la herramienta de copia de seguridad de Gmail

Descargue y configure la herramienta DataVare Gmail Backup Expert en su computadora.

Luego ingrese un nombre de usuario de Gmail válido y haga clic en el botón Autenticarme.

A continuación, seleccione la carpeta desde la que desea guardar los datos.

Luego, elija una opción adecuada, como Generar formato de archivo PST o Generar formato de archivo EML.

Para elegir el sitio donde desea guardar los datos exportados, haga clic en la pestaña Explorar.

Para finalizar la operación, presione el botón "Hacer copia de seguridad ahora".

Conclusión

En este sitio hemos analizado métodos manuales y automáticos para devolver correos electrónicos de Gmail con archivos adjuntos a un ordenador de escritorio o a un disco duro externo. Hemos indicado el servicio Google Takeout como una forma manual de descargar Google Mailbox; es un buen servicio, pero tiene algunas restricciones: si no conservas la descarga en un plazo de siete días, no estará disponible. También analizamos en esta publicación otras restricciones. Una solución automática, la herramienta de copia de seguridad de Gmail, supera todos los desafíos relacionados con Google Takeout.