

# Cómo descargar tus datos de Meta I

**1** Inicia sesión en Facebook o Instagram  

**2** Pulsa en el icono de perfil 

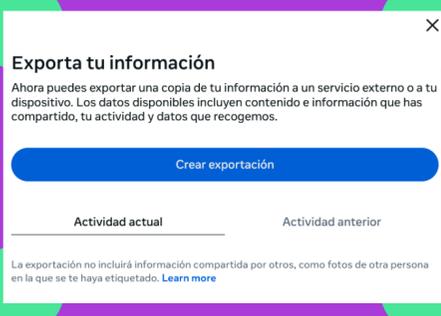
**3** Click en Configuración y privacidad 

**4** Click en Configuración 

**5** Click en Más Información en el Centro de Cuentas 

**6** Click en Tu Información y Tus Permisos 

**7** Click en Exporta tu información 

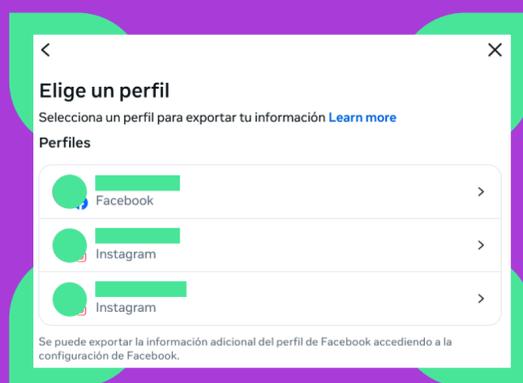
**8** Click en Crear exportación 

  
Desenredados

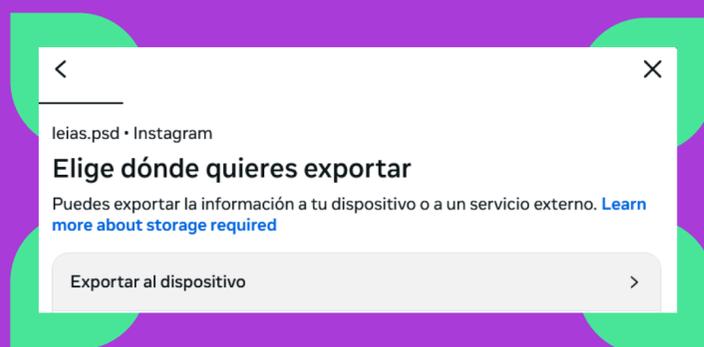
[desenredados.ibercivis.es](https://desenredados.ibercivis.es)

# Cómo descargar tus datos de Meta II

**9** Selecciona tus perfiles



**10** Exporta al dispositivo



**11** Comprueba que tu información se exportará así



**12** Click en **Iniciar exportación**

**13** Esperamos al correo que nos indique que los **datos están listos** (comprobar spam)



**14** Volvemos al **entrar en configuración y privacidad**

**15** Seguimos los pasos anteriores y descargamos



Desenredados

[desenredados.ibercivis.es](https://desenredados.ibercivis.es)