

MANUAL DE USUARIO

Mi cuenta TEC

Estudiantes de primer ingreso

Mi Cuenta TEC es la plataforma que permite al estudiantado realizar gestiones relacionadas con su cuenta institucional. Mediante esta cuenta se puede acceder a servicios digitales del Tecnológico de Costa Rica, como el correo estudiantil en Outlook, TEC Digital, sistema de matrícula y otros recursos institucionales.

En este manual se explica paso a paso la creación de la cuenta, recuperación de la contraseña, actualización del correo o teléfono de recuperación y acceso al correo estudiantil.

Contenido

MI CUENTA TEC @estudiantec.cr	2
1. Antes de comenzar.....	3
2. Crear la cuenta institucional	3
3. Restablecer la contraseña	5
4. Actualizar el correo de recuperación (Si necesitas cambiarlo)	6
Opción 1. Desde Mi Cuenta TEC	6
Opción 2. Solicitar el cambio por correo	8
5. Acceder al correo estudiantil en Outlook	8
6. Actualizar el número telefónico (Si necesitas cambiarlo).....	9
7. Problemas con mi autenticador.....	9
8. Consultas y soporte	9
9. Lista de verificación.....	9

MI CUENTA TEC @estudiantec.cr

1. Antes de comenzar

Antes de iniciar, asegurate de contar con:

- ✓ Tu número de carné estudiantil.
- ✓ Acceso al correo electrónico personal registrado durante el proceso de admisión.
- ✓ Un número de teléfono celular actualizado para los procesos de verificación, cuando corresponda.

¿Dónde podés consultar esta información?

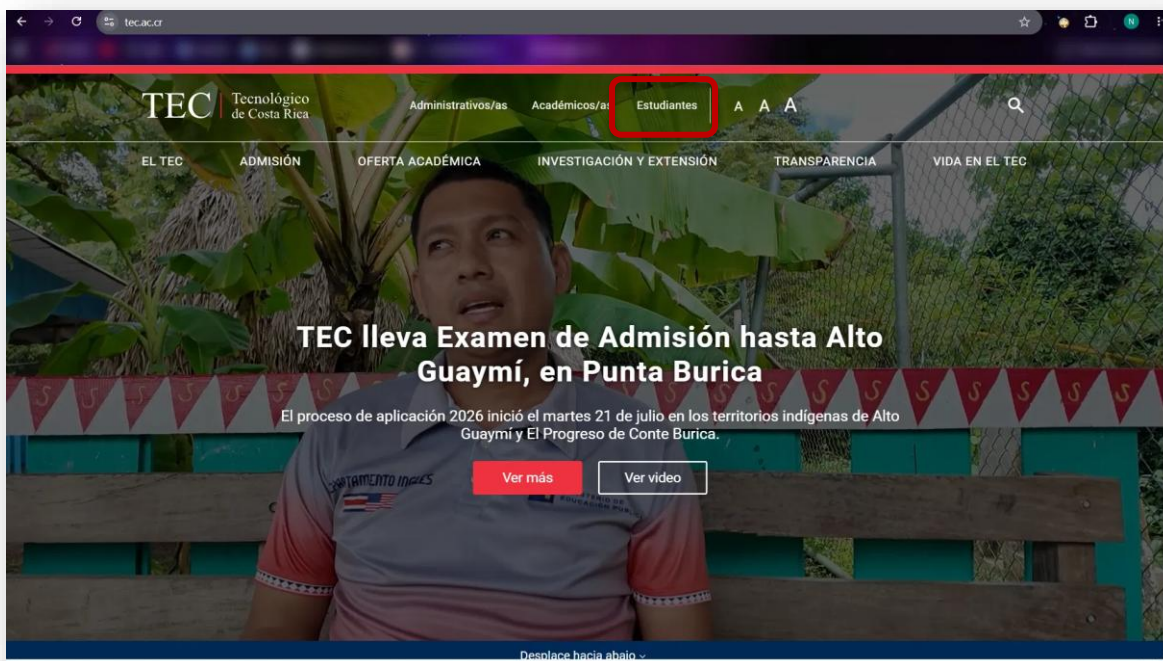
Podés consultar tu número de carné en el Sistema de Admisión Universitaria (SAU), donde revisaste el resultado del examen de admisión. Para las personas estudiantes de nuevo ingreso 2027, el número de carné inicia con **2027.....**

El correo electrónico y el número de teléfono corresponden a los datos que ingresaste al registrarte en el SAU.

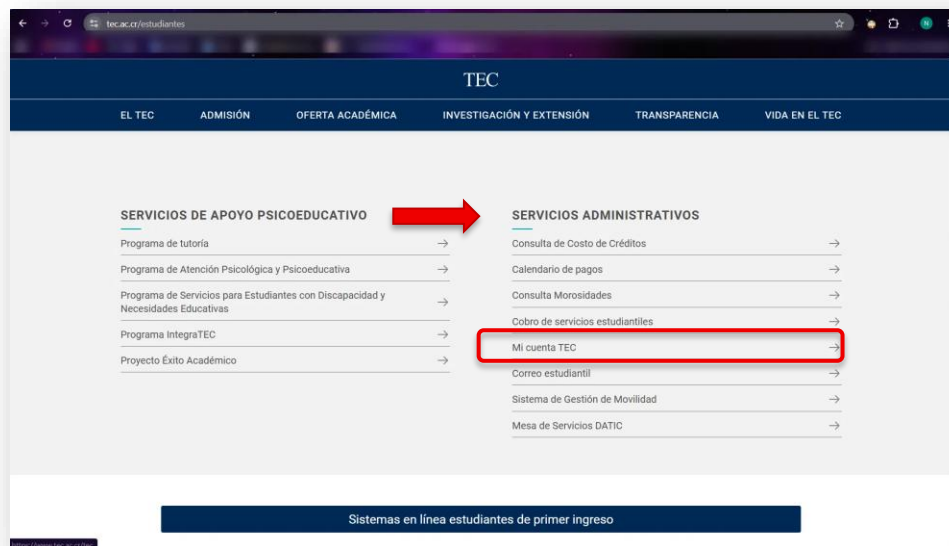
2. Crear la cuenta institucional

Las personas estudiantes de nuevo ingreso pueden recibir información sobre su cuenta institucional. Si necesitás crearla, podés hacerlo desde Mi Cuenta TEC.

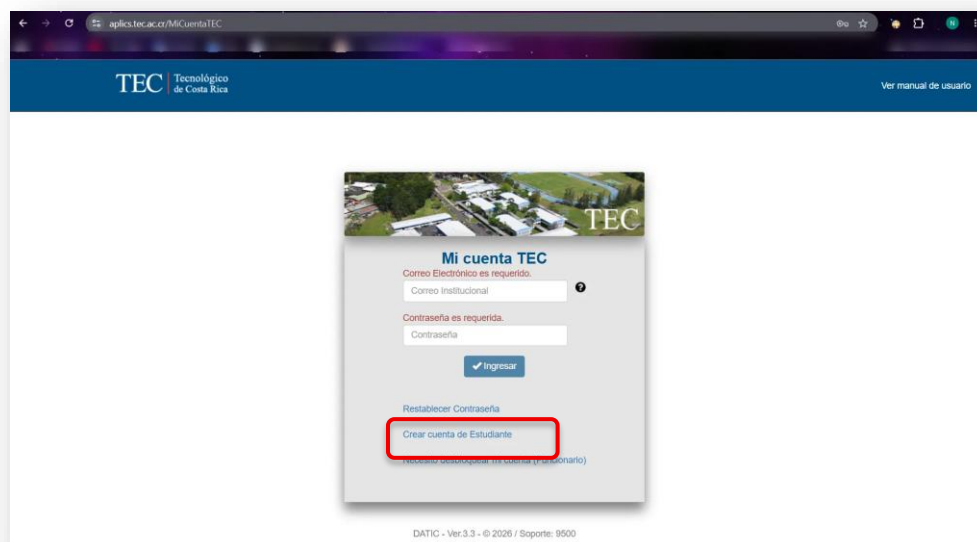
1. Ingresá al sitio oficial del TEC: www.tec.ac.cr.
2. Seleccioná el apartado “Estudiantes”.



3. En la sección “Servicios Administrativos”, selecciona “Mi Cuenta TEC”.



4. Busca y selecciona “Crear cuenta de Estudiante”.



5. Digita tu número de carné, completá el CAPTCHA y selecciona “Buscar estudiante”. Seguí las instrucciones de la plataforma.



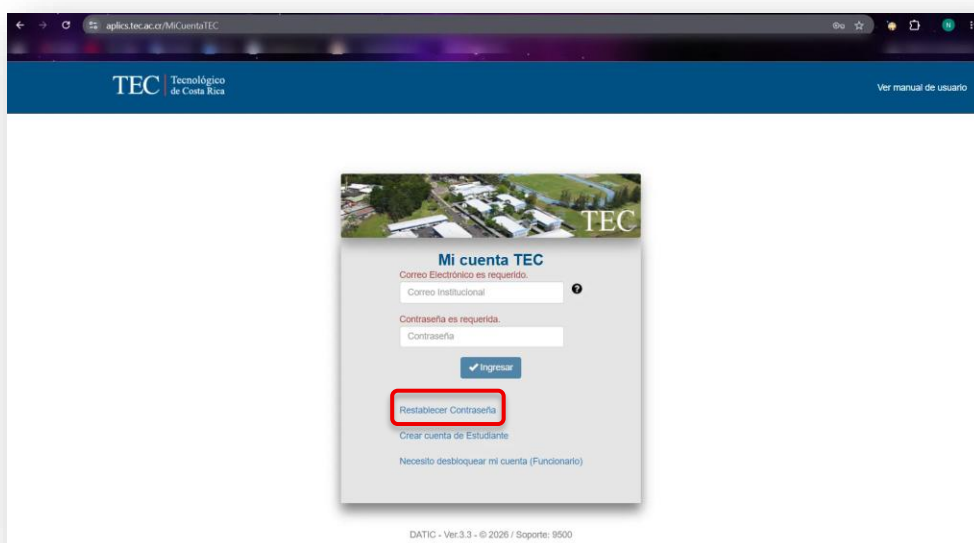
6. Revisá el correo personal utilizado durante el proceso de inscripción SAU. Allí recibirás la información de tu cuenta institucional.

⚠ **Si no lográs crear la cuenta:** verificá el número de carné. Si el problema continúa o no recibís el correo, contactá a los canales oficiales: Ver apartado: **7. Consultas y soporte**

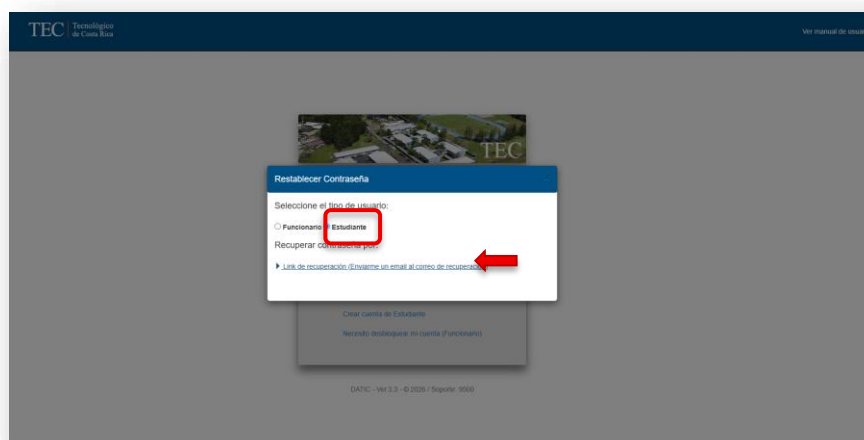
3. Restablecer la contraseña

Si olvidaste la contraseña o necesitás restablecerla, utilizá la opción de recuperación de Mi Cuenta TEC.

1. Ingresá a Mi Cuenta TEC desde el sitio oficial del TEC.
2. Seleccioná “Restablecer contraseña”.



3. Elegí el tipo de usuario “Estudiante” seguido de clic en “Link de recuperación..”



4. Introducí los datos solicitados, incluida la cuenta institucional cuando corresponda. Completá el CAPTCHA y solicitá el envío del enlace de recuperación.

TEC | Tecnológico de Costa Rica Ver manual de usuario

RESTABLECER CONTRASEÑA

[Inicio](#)

Digite el correo electrónico (usuario@estudiantec.cr) que desea recuperar contraseña:

[Enviar link a correo](#)

DATIC - Ver.3.3 - © 2026 / Soporte: 9500

5. Abrí el correo de recuperación (correo personal) y seguí las instrucciones del enlace para establecer una nueva contraseña.

Recomendación de seguridad: utilíz una contraseña segura, no la compartás y no enviés contraseñas ni códigos de verificación por correo.

4. Actualizar el correo de recuperación (Si necesitás cambiarlo)

El correo de recuperación es importante porque puede utilizarse para recibir instrucciones cuando sea necesario recuperar el acceso a la cuenta.

Opción 1. Desde Mi Cuenta TEC

1. Iniciá sesión en Mi Cuenta TEC con tu cuenta @estudiantec.cr y contraseña ya sea la temporal o la que estableciste posteriormente.

aplic.tec.ac.cr/MiCuentaTEC Ver manual de usuario

TEC | Tecnológico de Costa Rica

Mi cuenta TEC

Correo Electrónico es requerido.

Contraseña es requerida.

[Ingresar](#)

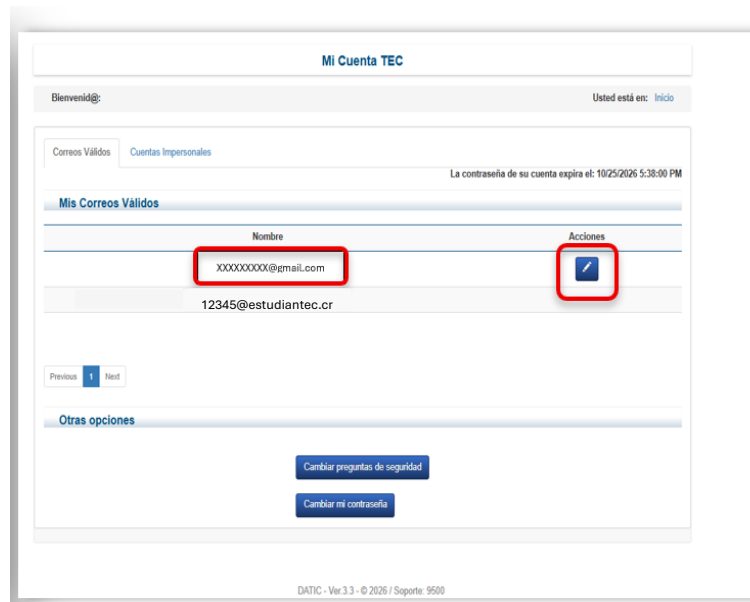
[Restablecer Contraseña](#)

[Crear cuenta de Estudiante](#)

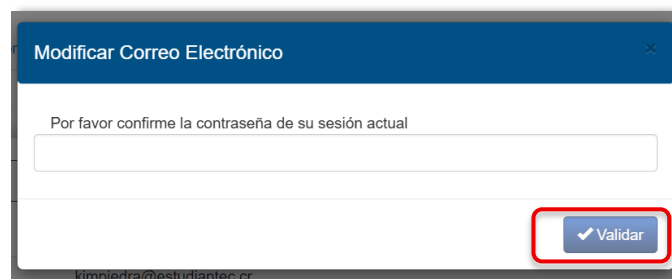
[Necesito desbloquear mi cuenta \(Funcionario\)](#)

DATIC - Ver.3.3 - © 2026 / Soporte: 9500

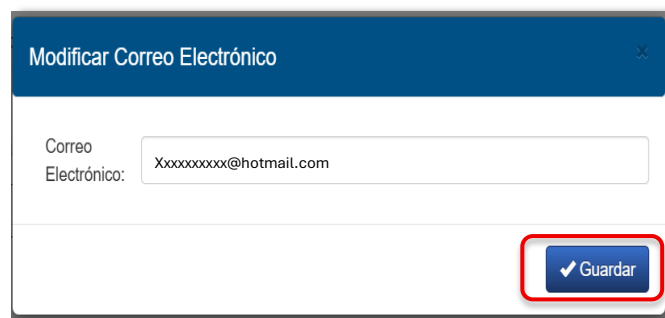
2. Dar clic al lápiz



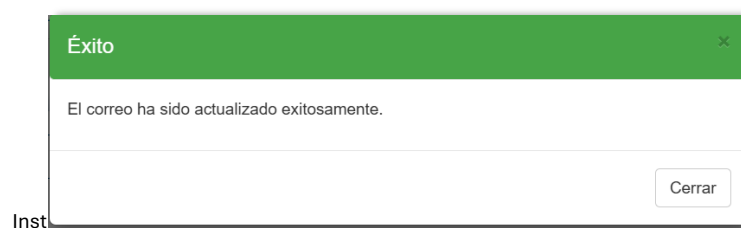
3. Anotar la contraseña actual de tu correo @estudiantec.cr.(ya sea la temporal o la que estableciste posteriormente).



4. Modificá el correo secundario y Guardá los cambios.

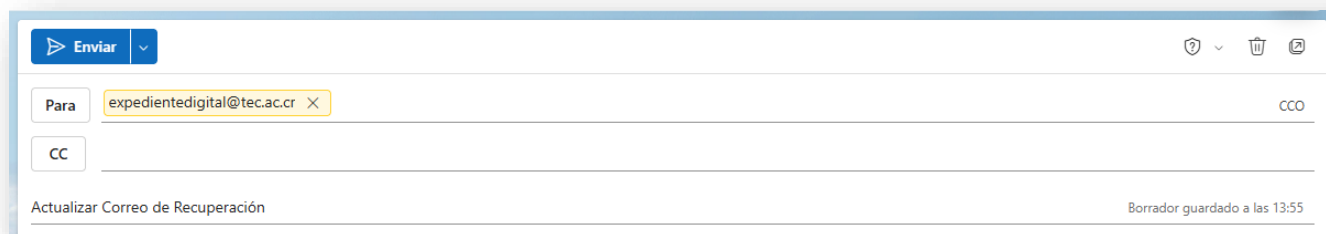


5. Cambio efectuado



Opción 2. Solicitar el cambio por correo

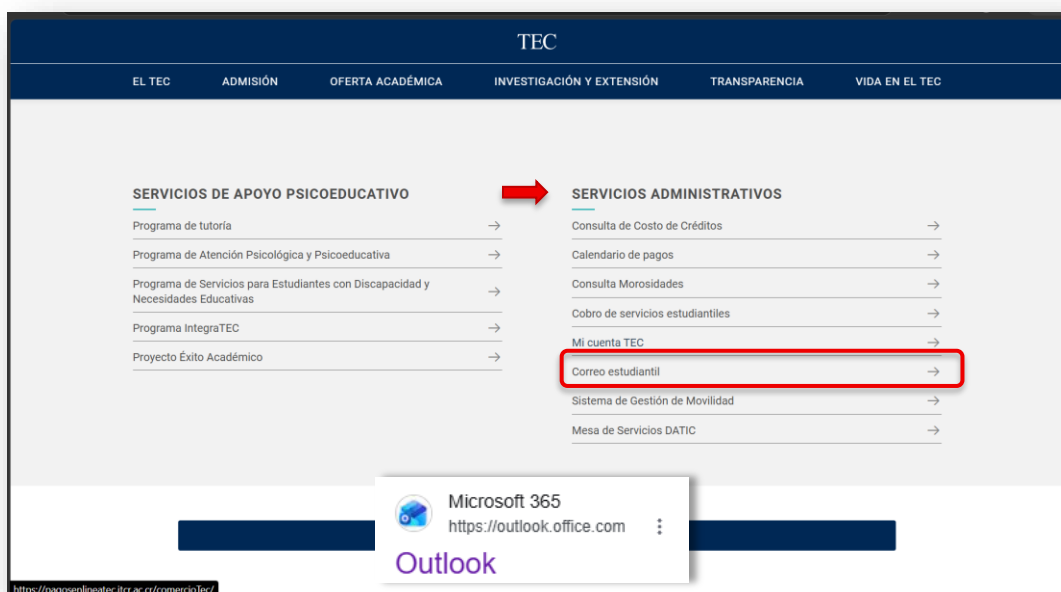
Si no podés realizar el cambio desde la plataforma, haz la solicitud al correo expedientedigital@tec.ac.cr y adjuntá una copia de tu documento de identificación vigente.



⚠ Importante: Antes de enviar documentos personales, recordá adjuntar tu documento de identificación vigente.

5. Acceder al correo estudiantil en Outlook

1. Ingresá a www.tec.ac.cr.
2. Seleccioná “Estudiantes”.
3. En “Servicios Administrativos”, seleccioná “Correo estudiantil”.



4. Desde outlook iniciá sesión utilizar tu cuenta @estudiantec.cr y contraseña, ya sea la temporal o la que estableciste posteriormente
5. Cuando el sistema lo solicite, introduzca el código de verificación enviado al número telefónico registrado.
6. Completá la verificación para acceder a la bandeja de entrada.

6. Actualizar el número telefónico (Si necesitas cambiarlo)

Es importante que tomés en cuenta que el número telefónico registrado se utiliza para recibir el código de verificación al iniciar sesión en Outlook.

Si necesitas actualizarlo, envía una solicitud con una copia de tu identificación a expedientedigital@tec.ac.cr

1. Verificá el correo institucional antes de enviar la solicitud.
2. Indicá claramente que necesitas actualizar el número asociado para la autenticación.
3. Adjuntá el documento de identificación vigente.
4. Esperá las instrucciones de respuesta y probá nuevamente el acceso cuando se confirme el cambio.

7. Problemas con mi autenticador

Si posees problemas con tu autenticador ver detalles aquí: [Múltiple Factor de Autenticación \(MFA\)](#)

8. Consultas y soporte

Si no has recibido la información de tu cuenta institucional o tenés problemas para crearla, restablecer la contraseña, actualizar tus datos, ingresar al correo estudiantil o utilizar Microsoft Authenticator, contactá a los canales oficiales de atención del TEC.

Nombre	Consultas	Campus o Centro	Correo electrónico	Contacto
Licda. Kimberly Piedra Inces	Cambiar contraseña Cambiar correo recuperación Cambiar número de teléfono	Cartago	expedientedigital@tec.ac.cr	2550-2159
Sra. Vilma Solano Picado		Cartago	vsolano@tec.ac.cr	2550 2667, 2550 2400
Lic. Anthony Ulloa Acuña		Alajuela	oficina_registro_al@tec.ac.cr	2550-9843
Licda. Kattia Murillo Barquero Lic. Erick Palacios Rodríguez		San Carlos	oficina_registro_sc@itcr.ac.cr	2401-3289
Sr. Warren Loáiciga Álvarez Lic. Cesar Acuña Redondo		San José	oficina_registro_sj@tec.ac.cr	2550 9106, 2550 9084
Licda. Marilyn Jiménez Segura		Limón	oficina_registro_lm@itcr.ac.cr	2550 9173
Soporte técnico	Autenticador	Cartago	soporte@estudiantec.cr	2550-9500

9. Lista de verificación

- ✓ Tengo acceso a Mi Cuenta TEC.
- ✓ Creé mi cuenta institucional o recibí los datos de acceso.
- ✓ Sé cómo solicitar el restablecimiento de mi contraseña.
- ✓ Revisé y actualicé mi correo de recuperación, si era necesario.
- ✓ Puedo ingresar al correo estudiantil en Outlook.
- ✓ Tengo actualizado el número telefónico utilizado para la verificación.
- ✓ Sé dónde solicitar ayuda si tengo problemas de acceso.