

Buenas Prácticas uso de la computadora

1 - Actualización del sistema operativo

El sistema operativo es la base en la que corren todas las aplicaciones. Si éste tiene problemas, téngalo por seguro que las aplicaciones las tendrán. Problemas de incompatibilidad o infecciones de virus pueden evitarse teniendo un sistema operativo actualizado.

Oprima el botón Windows  y escriba “update” y seleccione revisar actualizaciones

Las actualizaciones deben estar al día:




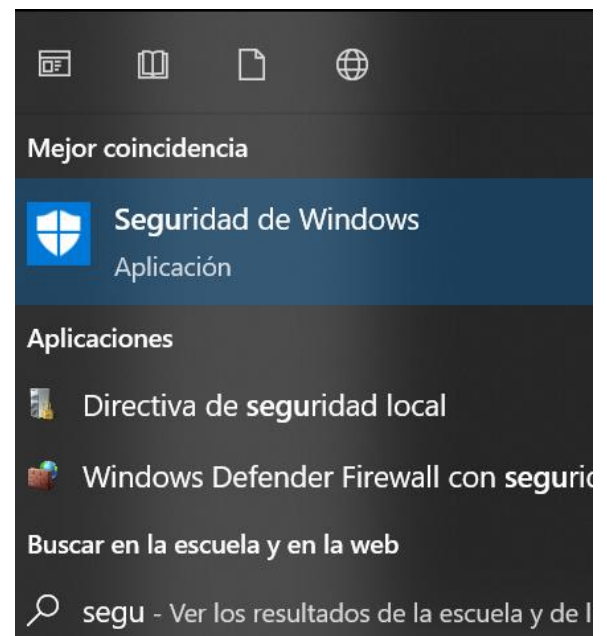
2 - Centro de seguridad sin problemas

Asegúrese que el icono del “escudo” en la barra de herramientas esté con un “check” en verde



Si no está visible, puede oprimir el botón de Windows

 y escribir “seguridad de Windows”.



Cada una de las características debe estar con un “check” en verde:



Caso contrario debe seguir las instrucciones que el sistema operativo le indica para solucionar el problema.

Cuidados en general para mantener una portátil en buen estado

1. **Uso de un estuche o funda protectora:** Siempre que transportes tu portátil, utiliza una funda protectora para evitar arañazos y daños.
2. **Evitar alimentos y bebidas cerca:** Se recomienda no comer o beber cerca de tu portátil para evitar derrames accidentales.
3. **Limpiar regularmente:** Utiliza un paño suave y sin pelusa para limpiar la pantalla y el teclado. Para una limpieza más profunda, puedes utilizar aire comprimido para eliminar el polvo de los puertos y el teclado.
4. **Evitar superficies inestables:** Siempre coloca tu portátil sobre una superficie estable y plana para evitar caídas accidentales.
5. **Desconexión adecuada de dispositivos:** Siempre que retires un dispositivo USB o cualquier otro dispositivo periférico, hazlo de manera segura utilizando la opción de "expulsar" antes de desconectarlo.
6. **Evitar el calor extremo:** No dejes tu portátil expuesto a la luz directa del sol o en un coche caliente, ya que el calor extremo puede dañar los componentes internos.
7. **Mantén el software actualizado:** Asegúrate de instalar regularmente las actualizaciones de software y seguridad para mantener tu sistema protegido contra amenazas y funcionando sin problemas.
8. **Utiliza un software antivirus:** Siempre es recomendable tener un buen software antivirus y mantenerlo actualizado.
9. **Cargar la batería correctamente:** No es necesario cargar la batería al 100% todo el tiempo. Sin embargo, es bueno realizar una carga completa de vez en cuando. Evita dejar el portátil conectado a la corriente constantemente una vez que esté completamente cargado.
10. **Evitar obstrucciones de ventilación:** Asegúrate de que las salidas de ventilación de tu portátil no estén obstruidas para evitar el sobrecalentamiento.
11. **Desactivar el portátil cuando no esté en uso:** Si no vas a usar tu portátil durante un periodo prolongado, es recomendable apagarlo o ponerlo en modo hibernación.
12. **Mantener los controladores actualizados:** Actualiza regularmente los controladores de tus dispositivos para asegurar el rendimiento óptimo y la compatibilidad.
13. **Backup regular:** Haz copias de seguridad de tus datos regularmente para protegerte contra pérdidas accidentales.
14. **No abrir el portátil sin conocimiento:** Si no estás familiarizado con el hardware de los portátiles, no intentes abrirlo o repararlo tú mismo. Siempre busca a profesionales para realizar cualquier tipo de reparación.
15. **Cuidado con los imanes:** Los imanes pueden dañar tu disco duro y otros componentes. Evita acercar objetos imantados a tu portátil.
16. **Evitar lugares polvorientos o húmedos:** Trata de mantener tu portátil alejado de áreas con mucha humedad o polvo.