



Apa System Tech Support

Mantenimiento Preventivo Remoto Optimiza tu PC sin salir de casa

Guía paso a paso para limpiar
y optimizar tu dispositivo

Guía de Mantenimiento Preventivo Remoto para Computadoras (Windows 7 a 11)

Índice

1. Introducción
 2. Herramientas necesarias
 3. Paso 1: Limpieza de archivos temporales
 4. Paso 2: Uso de CCleaner
 5. Paso 3: Reparación del sistema (SFC y DISM)
 6. Paso 4: Diagnóstico básico de rendimiento
 7. Paso 5: Desfragmentación de disco (solo HDD)
 8. Paso 6: Actualizaciones del sistema (importante desde Windows 8 en adelante)
 9. Conclusión y servicios adicionales
-

1. Introducción

El mantenimiento preventivo remoto busca evitar fallas, mejorar el rendimiento y prolongar la vida útil de los equipos. Esta guía cubre pasos esenciales compatibles con Windows 7, 8, 10 y 11, de forma clara y práctica para técnicos o usuarios básicos.

2. Herramientas necesarias

-  **CCleaner** – Para limpiar archivos temporales y del navegador.
 -  **Símbolo del sistema (CMD)** – Para ejecutar comandos de reparación del sistema.
 -  **DISM (a partir de Windows 8)** – Para mantenimiento de imagen del sistema.
 -  **Desfragmentador de disco** – Solo en discos mecánicos (HDD).
 -  **Administrador de tareas** – Para verificar el uso de recursos.
 -  **TeamViewer / AnyDesk** – Para brindar soporte remoto.
 -  **Windows Update** – Para mantener el sistema actualizado.
-

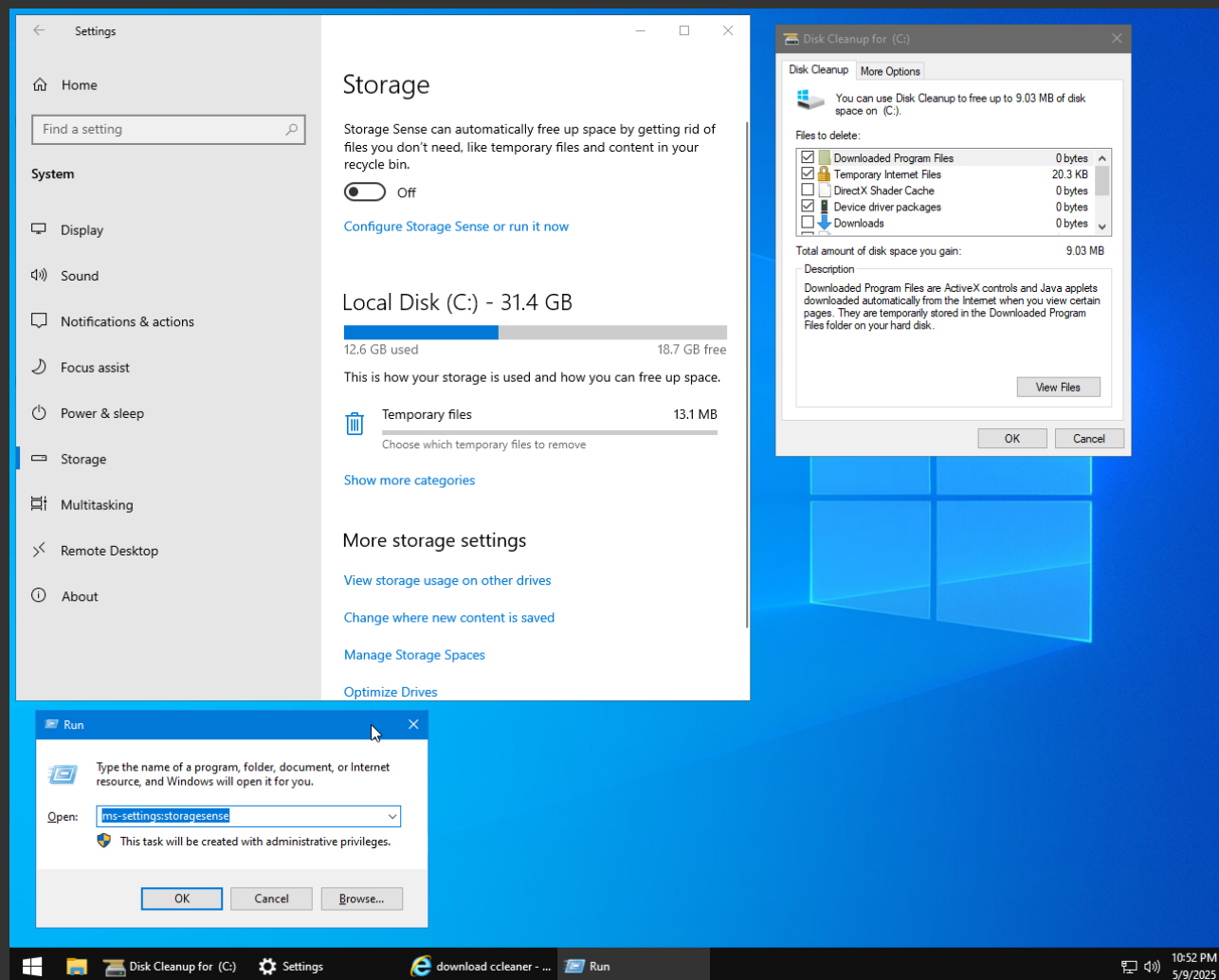
✓ 3. Paso 1: Limpieza de archivos temporales

Desde Windows 10/11:

1. Ve a Configuración > Sistema > Almacenamiento.
2. Haz clic en "Liberar espacio ahora" o "Archivos temporales".
3. Marca lo que deseas eliminar y confirma.

📌 **Acceso directo:**

ms-settings:storage

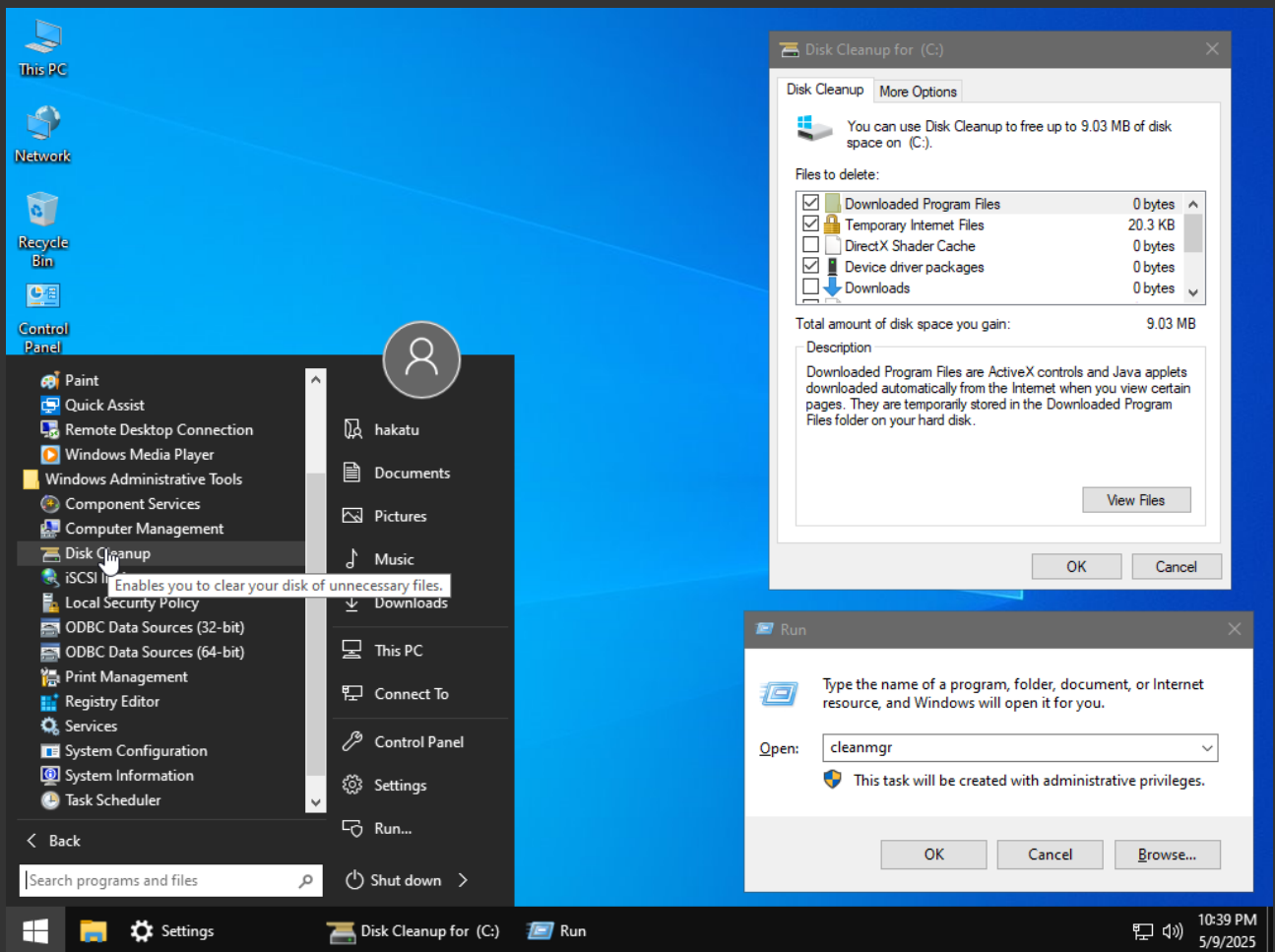


Desde Windows 7/8:

1. Abre "Liberador de espacio en disco" (buscar en el menú inicio).
2. Selecciona la unidad (C:).
3. Marca archivos temporales, caché, papelera y presiona OK.

📌 **Comando directo:**

cleanmgr



✓ 4. Paso 2: Uso de CCleaner

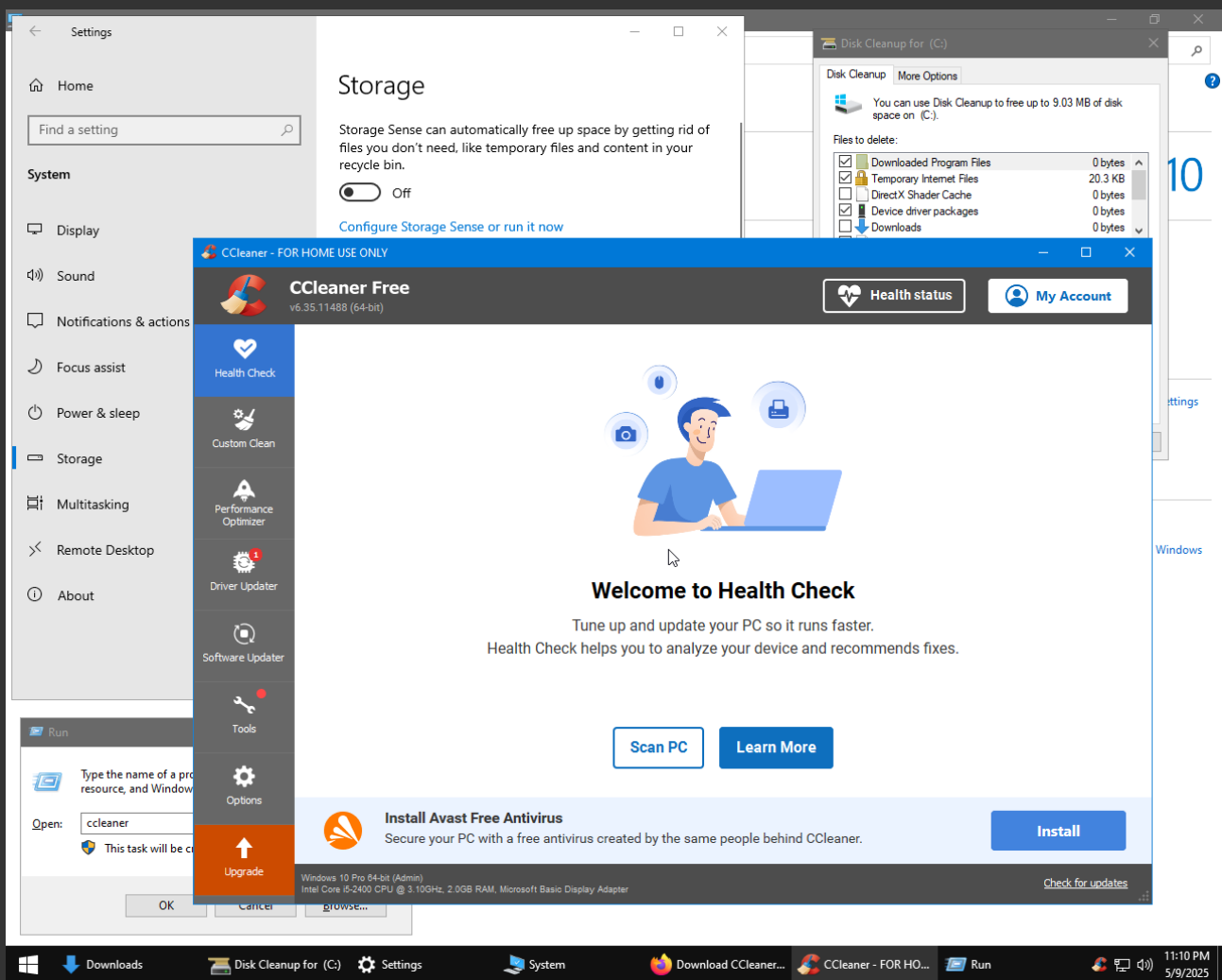
1. Abre CCleaner.
2. Selecciona las casillas para limpiar navegadores, archivos temporales y sistema.
3. Haz clic en "Ejecutar limpiador" o "Analizar" y luego confirma.

📌 **Ejecutable directo (ruta por defecto):**

"C:\Program Files\CCleaner\CCleaner.exe"

📌 **Ejecución automática del limpiador:**

"C:\Program Files\CCleaner\CCleaner.exe" /AUTO



✓ 5. Paso 3: Reparación del sistema (SFC y DISM)

SFC (Todos los Windows):

1. Abre CMD como administrador.
2. Escribe:

`sfc /scannow`

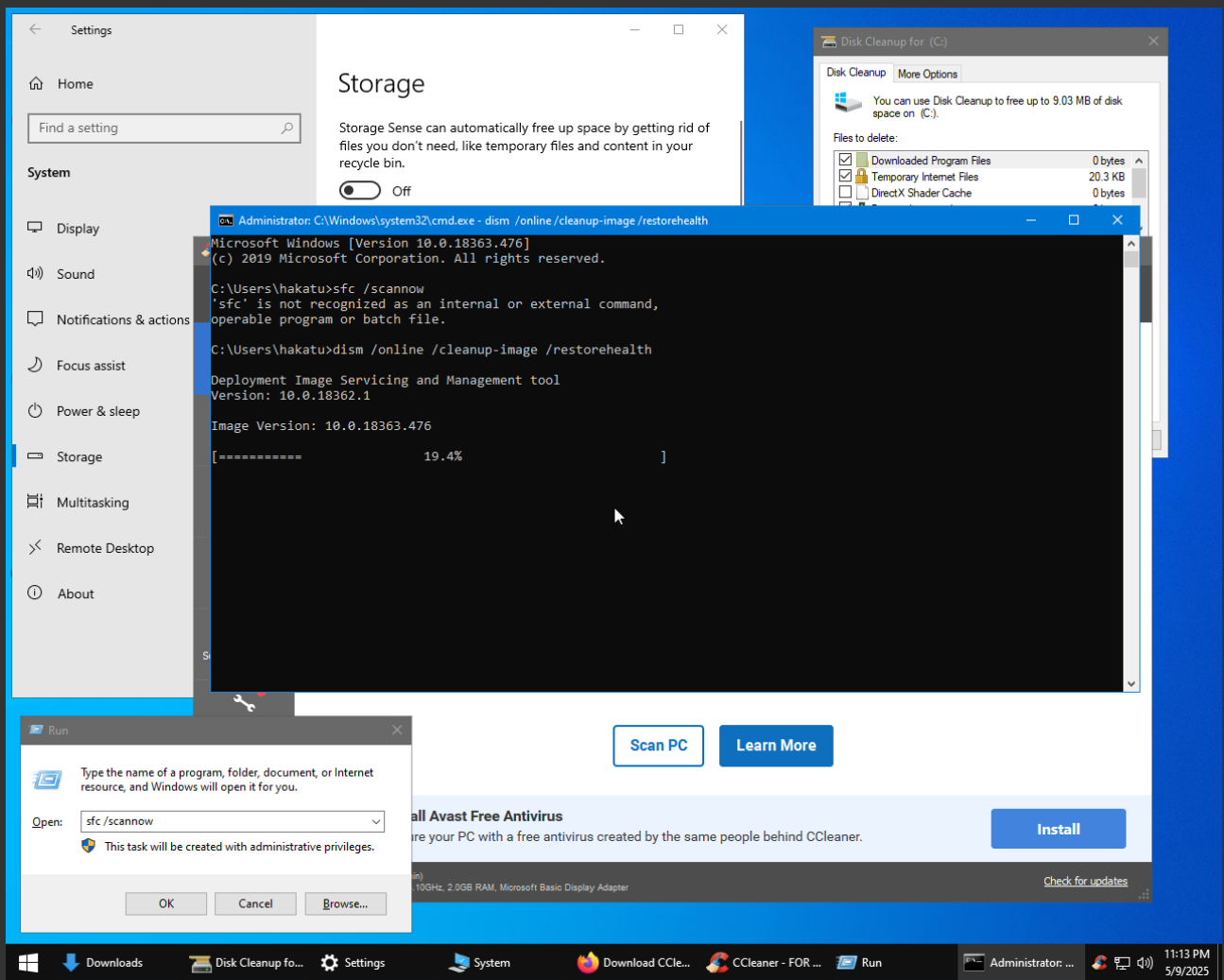
3. diEspera a que finalice la verificación.

DISM (Windows 8/10/11):

1. Abre CMD como administrador.
2. Ejecuta:

`DISM /Online /Cleanup-Image /RestoreHealth`

3. Espera unos minutos a que repare.

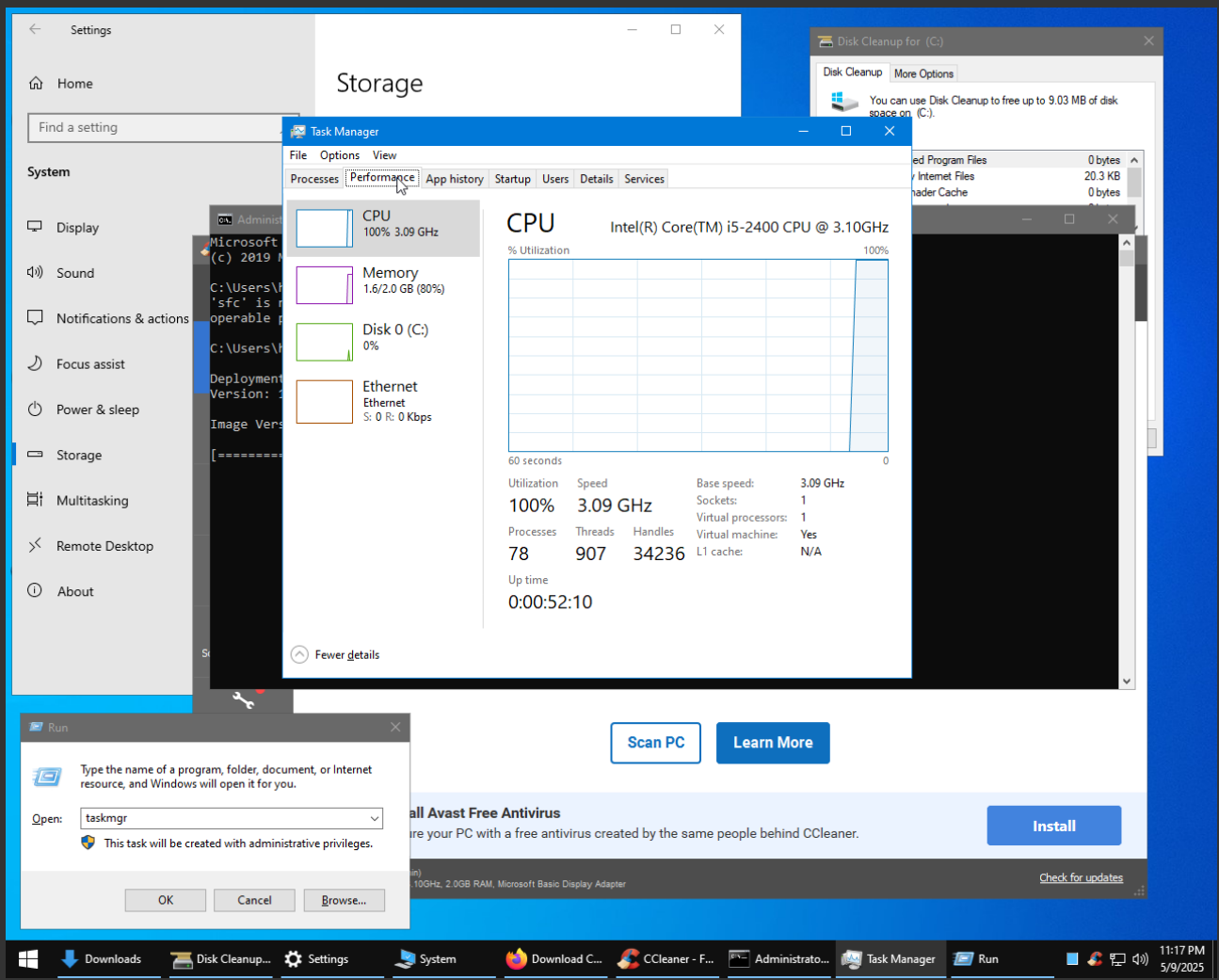


✓ 6. Paso 4: Diagnóstico básico de rendimiento

1. Presiona Ctrl + Shift + Esc para abrir el Administrador de tareas.
2. Revisa el consumo de CPU, Memoria y Disco.
3. Si notas uso constante del 90% o más, podría haber un problema de fondo o virus.

📌 **Abrir directamente el Administrador de tareas:**

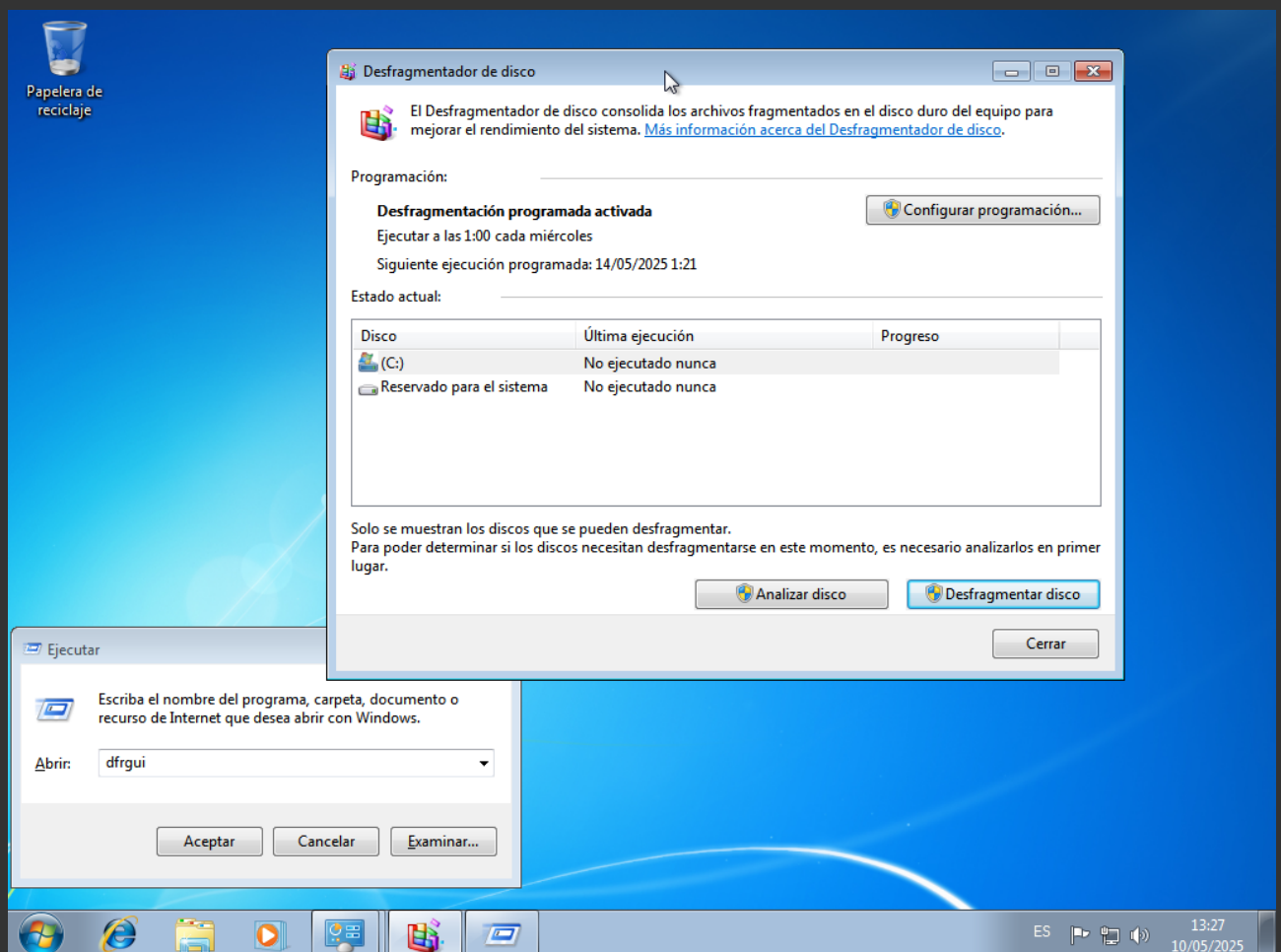
taskmgr



✓ 7. Paso 5: Desfragmentación del disco (solo para HDD)

⚠ No desfragmentes discos SSD. Para saber el tipo de disco:

1. Abre el Administrador de tareas > Rendimiento > Disco.
2. Verifica si dice "HDD" o "SSD".



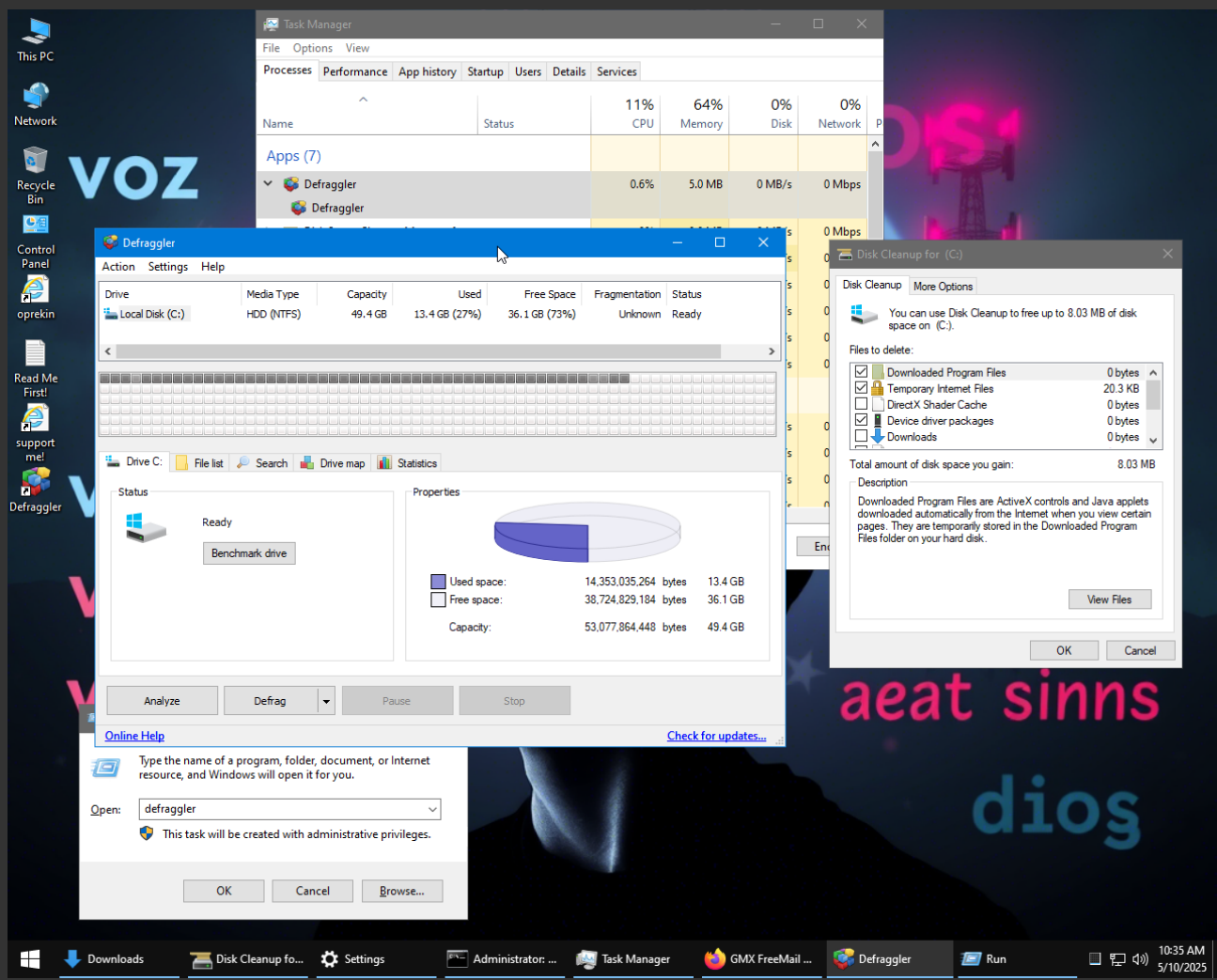
Instrucciones para desfragmentar:

1. Presiona Inicio y escribe: "Desfragmentar".
2. Abre "Desfragmentar y optimizar unidades".
3. Selecciona el HDD y haz clic en "Optimizar".

📌 **Comando directo:**

dfrgui

🔧 En este caso, utilizaré **Defraggler** como herramienta alternativa para la desfragmentación.



✓ 8. Paso 6: Actualizaciones del sistema

Windows 10/11:

1. Abre Configuración > Windows Update.
2. Haz clic en "Buscar actualizaciones".

📌 **Acceso directo:**

start ms-settings:windowsupdate

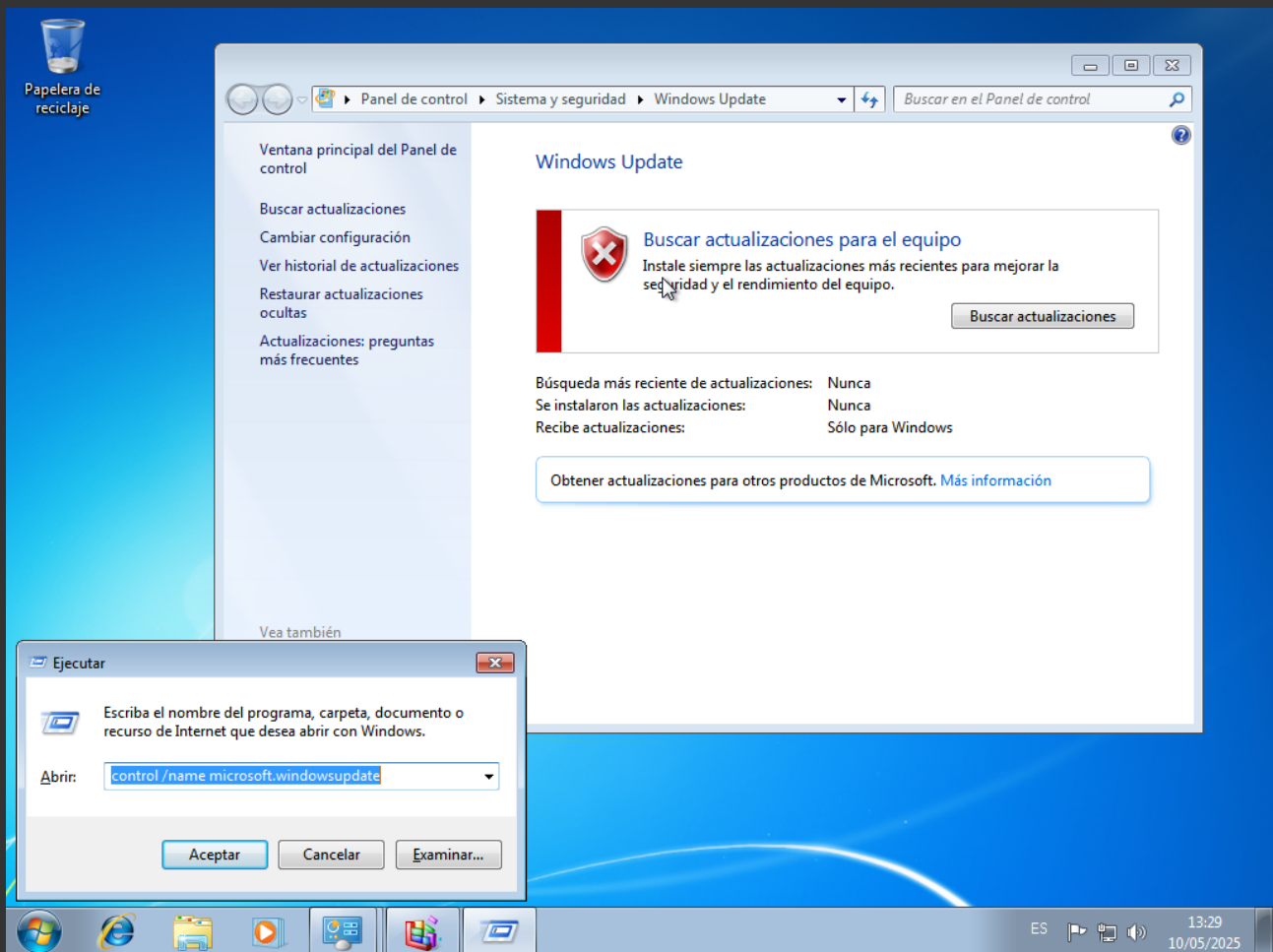
Windows 7/8:

1. Ve a Panel de control > Windows Update.
2. Revisa si hay actualizaciones disponibles.

📌 **Acceso directo:**

control /name Microsoft.WindowsUpdate

✓ Sugerencia: Programa actualizaciones fuera del horario laboral del usuario.



✓ 9. Conclusión y servicios adicionales

✓ Beneficios del mantenimiento preventivo:

- Mejor rendimiento y velocidad.
- Menor riesgo de errores o pantallas azules.
- Mayor vida útil de hardware y software.

🔧 Algunos de nuestros Servicios:

- Instalación de impresoras locales y en red.
- Instalación de antivirus y antimalware.
- Soporte remoto (vía TeamViewer o AnyDesk).
- Optimización y actualización de hardware.
- Instalación de drivers y sistemas operativos.

"¿Tu computadora sigue lenta? ¡No te preocupes! Contáctanos para soporte remoto, mantenimiento o instalación de impresoras.
Haz clic aquí para más información: www.hakatu.com tenemos chatbot y whatsapp 5528866120 y una landingpage agendar cita:
<http://www.hakatu.com/html/landingPage.php>

"La guía es 100% funcional desde Windows 7 hasta Windows 11. En Windows 7, algunas funciones como DISM no están disponibles."