



# CM – Clube de Manutenção

[www.clubedemanutencao.info](http://www.clubedemanutencao.info)

O Clube de Manutenção elaborou um check-list voltado a consolidar a execução das tarefas que compõem a Metodologia CM. A ideia é disponibilizar um roteiro de apoio e acompanhamento da realização da Manutenção Preventiva balizada pelo agregado de Funções e Tarefas CM. A proposta é nobre, mas sabemos que o tempo é curto! Ele é nossa verdadeira moeda em busca de sucesso. E é exatamente por isso, que nossas cotas, digamos fatias de tempo, devem ser investidas naquilo que, realmente, nos importa, nos é prioritário em termos pessoais e profissionais. Pois, bem, sem "ratatás", a Tabela de Tarefas CM está diretamente relacionada aos Programas e Informações disponibilizados em nosso Web Site. Leias as informações, execute o download de programas utilitários e realize a manutenção de acordo com suas necessidades operacionais. Bom trabalho e boa sorte.

## Web Site CM - Conteúdo da Metodologia: Programas Utilitários e Informação

<a href="#">1. ANTIVIRUS (14.2 Mb)</a>
<a href="#">2. ANTISPYWARE (4.96 Mb)</a>
<a href="#">3. BACKUP (2.98 Mb)</a>
<a href="#">4. INVENTÁRIO (9.37 Mb) (*1)Shareware</a>
<a href="#">5. LEITOR *. PDF (2.47 Mb)</a>
<a href="#">6. LIMPA REGISTRO (3.0 Mb)</a>
<a href="#">7. LIMPA REGISTRO (1.82 Mb)</a>
<a href="#">8. DEFrag HD (1.78 Mb)</a>
<a href="#">9. MONITOR de TRÁFEGO (773Kb)</a>
<a href="#">10. MONITOR de TRÁFEGO - VISTA (969 Kb)</a>
<a href="#">11. ZIP &amp; UNZIP (917 Kb)</a>
<a href="#">12. Suite OFFICE ON-LINE</a>

<a href="#">1. SCANDISK e DEFrag- Tutorial [191 Kb]</a>
<a href="#">2. PLANO BASE de TI - Info [138 Kb]</a>
<a href="#">3. BACKUP - Info [61 Kb]</a>
<a href="#">4. BACKUP ISO 17799 - Info [84.9 Kb]</a>
<a href="#">5. FIREWALL - Info [90.1 Kb]</a>
<a href="#">6. LIMPA REGISTRO - Tutorial [839 Kb]</a>
<a href="#">7. MONITOR de TRÁFEGO - Tutorial [549 Kb]</a>
<a href="#">8. PREVENTIVA de HARDWARE - Roteiro Procedimento [93.8 Kb]</a>
<a href="#">9. CARTILHA TÉCNICA - CT CM [285 Kb] - Imprimir</a>
<a href="#">10. CT CM - Visualizar</a>





## TABELA DE TAREFAS CM # CHECK-LIST

TAREFA (No. / Nome)	IMPORTÂNCIA	PERIODICIDADE
<b>1. ANTIVIRUS</b>	<p>Sem Antivirus <i>não dá</i>! Recomendamos um Programa Licenciado Original. Mesmo assim estaremos um passo atrás do vírus. Na falta de uma solução paga (protege em <i>tempo real</i>), preconizamos, pelo menos, uma solução freeware. Em ambos os casos a eficácia estará diretamente ligada a frequência de atualização – Update. Se você não nenhum Antivirus e vá em: "<a href="#">DOWNLOAD PROGRAMAS</a>" → &lt;1. ANTIVIRUS&gt;.</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Efetuar o SCAN uma Verificação Completa: 1 x Semana e <u>Imediatamente após acessar sites, aplicações ou arquivos suspeitos</u>.</p>
<b>2. ANTISPYWARE</b>	<p>Um Bom Antispyware é Determinante. Existem várias opções gratuitas eficazes. Uma excelente disponível em nosso web site. Assim como no caso dos Antivirus, sua eficácia está diretamente ligada a frequência de atualização – Update. Neste caso, pra que puder adquirir a versão licenciada, também vale a pena (protege em <i>tempo real</i>). Se você não tem um bom Antispyware vá em: "<a href="#">DOWNLOAD PROGRAMAS</a>" → &lt;2. ANTISPYWARE&gt;.</p>	<p><b>EXECUÇÃO = SCAN</b>  <b>Preconizamos</b> uma Verificação "rápida" Diária e uma Completa Semanal. Além de também executar <u>Imediatamente após acessar sites, aplicações remotas ou arquivos suspeitos</u>.</p>
<b>3. FIREWALL</b>	<p>Existem diversas soluções para esta categoria de proteção. Depende muito do porte da instalação da organização ou residência. No entanto, <u>mediante a impossibilidade de adquirir uma solução paga</u> ou contar com uma versão freeware, como por exemplo, o Zone Allarm Free, PC Cilim ou Sygate Personal, pelo menos <u>Ative o Firewall Nativo do S.O. Windows</u>. Adicionalmente, existem alguns bons Antivírus que agregam um Firewall de Entrada (Ex.: Norton); também recomendado. Esta função, para usuários mais leigos é, de fato, um pouco mais complexa e caso queira mais detalhes, "baixe" informações adicionais em "<a href="#">DOWNLOAD INFORMAÇÃO</a>" em:  → &lt;5. FIREWALL – Info &gt;</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Em geral o Serviço de Firewall executa de forma automática, interagindo com os usuários e criando novas regras. <u>No caso da solução nativa do S.O. Windows é preciso ativar a proteção</u>; Vá em &lt;conexão-de rede&gt;, &lt;propriedades&gt;, &lt;avançado&gt; "Firewall do Windows" e &lt;opções&gt;; então é só habilitar a proteção com um clique no mouse. Observe a opção "não permitir exceções". Cuidado, pois essa opção pode impedi-lo de utilizar alguns serviços.</p>



# CM – Clube de Manutenção

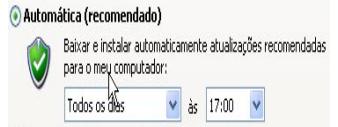
[www.clubedemanutencao.info](http://www.clubedemanutencao.info)

<b>4. LIMPEZA dos REGISTROS</b>	<p>Esta tarefa deve ser considerada Prioritária e Contidiana. Afinal, uma das mais frequentes causas relacionadas a queda de desempenho são decorrentes das Anomalias nos Registros do Windows, decorrentes do uso e alterações constantes. Portanto, lembre-se! Limpe o Registro sempre que puder!</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Pelo menos 1 x DIA e, sobretudo, <u>Imediatamente após instalar ou desinstalar programas em geral.</u></p> <p>Em: "<u>DOWNLOAD PROGRAMAS</u>" → &lt; 6 ou 7. LIMPA REGISTRO &gt;</p>
<b>5. SCANDISK</b>	<p>De forma simplória, podemos dizer que o disco rígido – HD (<i>hard disk</i>) armazena todo um universo de arquivos através de um sistema; de uma enorme tabela com ponteiros e índices para recuperação de cada arquivo. Se este esquema de endereçamento for corrompido certamente ocorrerá perda de dados. Boots forçados, interrupções de energia, etc., ocasionam este problema de erros no sistema de arquivos. Consulte: "<u>DOWNLOAD INFORMAÇÃO</u>" → &lt; 1. SCANDISK e DEFrag – Info &gt;</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> <u>Sempre que o micro for desligado inadequadamente;</u> <u>Quando da "perda" ou Erro de abertura de determinado arquivo</u> e, sobretudo, ocorrer uma ou mais <u>mensagens de erro na unidade de disco</u>. A performance do disco depende de diversos fatores, recomendamos um mínimo de 15% de espaço livre. E atenção, problemas frequentes podem sinalizar o "fim" da vida útil do disco rígido.</p>
<b>6. DEFrag (..MENTAÇÃO)</b>	<p>Conforme mencionado, um sistema de arquivos depende da integridade de uma tabela de índices que localizam os arquivos. A fragmentação dos HDs decorre da sucessiva gravação de arquivos em áreas não contínuas do disco. Ou seja, Cada arquivo é, geralmente, gravado em blocos separados, de acordo com a liberação de segmentos de disco. E como a área escolhida pelo sistema operacional para gravação corresponde a um índice <i>da tabela</i> (sistema de arquivos) que está "marcado" como livre, pode ser que o tamanho do bloco livre (área em Kb) não suporte todo o tamanho do arquivo que está sendo gravado. Daí o fato da maioria dos arquivos, ao longo do tempo, estar gravado em diversos blocos espalhados pelo HD. Então, quando acessamos o arquivo, o S.O. "liga", concatena, todos os blocos para disponibilizar acesso ao mesmo. <b>Isso significa uma grande perda de tempo, de performance.</b></p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Eventual Tudo depende da intensidade de uso do micro. O processo é proporcionalmente demorado ao: tamanho do disco, qtd de Hds, Qtd de arquivos gravados no HD, tecnologia do disco, etc. Além disso, tem alguns pré-requisitos: Todas as aplicações (programas) devem ser encerrados; O processo não pode ser interrompido uma vez iniciado. Contrariar esta recomendação, você estará sujeito a perda parcial ou total dos dados gravados. E, por último, a virtude da paciência.</p>



# CM – Clube de Manutenção

[www.clubedemanutencao.info](http://www.clubedemanutencao.info)

<b>6. DEFrag (cont.)</b>	<p>Todo disco sem manutenção fica muito fragmentado e, consequentemente, lento!</p> <p>O processo de Defragmentação é relativamente demorado, sobretudo o nativo do S.O. Windows.</p> <p>Recomendamos o uso do programa utilitário disponível em nossa área de Download. Vá até <a href="#">"DOWNLOAD PROGRAMAS"</a> em:</p> <p>&lt; 8. DEFrag HD &gt;.</p>	<p><i>De vez em quando</i> é importante "rodar" este utilitário. Para discos muito usados e sem manutenção a melhora do tempo de acesso é significativa. Vale a pena! O CM disponibiliza um utilitário freeware da Auslogic cuja eficiência e velocidade são bem superiores ao Defrag nativo do Windows.</p>
 <b>7. BACKUP</b>	<p>O Backup dos dados e informações inerentes aos sistemas de informação e aplicativos de uma forma geral, são o Maior PATRIMÔNIO de todo usuário e organização que se utiliza (e depende) dos recursos de TI. Não realizar Backup é "Puro Suicídio". Sem Backup a Informática torna-se uma <i>Problemática</i>. É relativamente fácil (trabalhoso) obter e re-instalar o S.O. Windows e todos os programas que você usa, precisa. Mas seus DADOS precisam ser constantemente copiados para um CD, DVD, PEN Drive, etc. Tenha sua Cópia de Segurança e dependendo de sua importância tenha mais de uma e guardadas em lugares diferentes (ex. Um em casa, um no escritório e mais um com sua Avó!). <b>Backups, nunca é demais.</b></p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Depende de muitos fatores. A volatilidade dos dados (frequência de atualização), é um deles.</p> <p>Em geral, a base de dados que reflete o estoque de uma farmácia muda muito rápido. A cada "10 minutos" teremos uma base de dados bem distinta. Se você deseja e necessita elaborar um Plano Efetivo de Backup leia as informações disponíveis em: <a href="#">"DOWNLOAD INFORMAÇÃO"</a>;</p> <p>➔ &lt; 3. BACKUP – Info &gt; e &lt; 4. BACKUP – ISO 17799 - Info &gt;.</p>
 <b>8. ATUALIZAÇÕES do S.O. WINDOWS</b>	<p>As Atualizações do S.O. Windows são essenciais ao complemento das Tarefas relacionadas a Segurança. Os Services Packs (SPs) do Windows resolvem diversos problemas de: compatibilidade, suporte a periféricos, Bugs e, sobretudo, de Falhas de Segurança. Para quem utiliza a Vs. XP, as atualizações já ultrapassam o SP3, ou seja, quem instalar a referida versão deve garantir que todas as atualizações até hoje disponíveis sejam efetivamente instaladas. De certa forma o S.O. Windows XP plenamente atualizado torna-se um pouco mais "pesado", afinal são muitas correções "em cima" de dezenas de milhares de <i>linhas de código</i>, mas não há como ignorá-las.</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> O ideal é customizar a execução desses updates automaticamente. Vá em &lt;painel de controle&gt;, &lt;Atualizações Automáticas&gt; e "programe" a respectiva execução.</p> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>



# CM – Clube de Manutenção

[www.clubedemanutencao.info](http://www.clubedemanutencao.info)

<b>09. MONITOR de TRÁFEGO</b>	<p>Utilizar o NetPerSec ou o NetWorX como monitor de desempenho do Tráfego dos Canais de Rede (placas de rede), permite a avaliação constante de performance de: Downloads, Up-loads Internet, além de Cópias de Arquivos ou Backups; entre estações e servidores (Rede Local). Essa ferramenta funciona como um complemento e apoio durante a execução das atividades de <u>Detectar Falhas - Troubleshooting</u>. (<a href="http://pt.wiktionary.org/wiki/troubleshooting">http://pt.wiktionary.org/wiki/troubleshooting</a>). Utilizar um monitor de tráfego em tempo real assegura a correta formação de critérios para avaliarmos aspectos relacionados ao desempenho.</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Constante. Este utilitário deve ser configurado para iniciar com o S.O. Windows de maneira a fornecer, sempre que preciso, uma análise do tráfego de entrada &lt;received&gt; ou e saída da interface de rede. &lt;sent&gt; ou "U:" Durante o acesso à Internet o quadro de &lt;received&gt;/&gt;"D:" auxilia na avaliação da performance de Download e o quadro &lt;sent&gt;/&gt;"U:" na análise das operações de Upload.</p>
<b>10. LEITOR de Arquivos ".PDF"</b>	<p>Utilizar um leitor de arquivos PDF é fundamental ao acesso de grande parte do acervo de informações disponíveis na Internet. O referido formato padrão é largamente utilizado e detém alguns diferenciais como: Visualização Ampliada, Preservação de quaisquer Fontes de letras e Proteção da Informação. Para esta última, embora seja possível converter um ".PDF" para outros formatos como ".DOC" - (Word) a conversão deixa rastros e imperfeições no arquivo convertido garantindo uma certa unicidade e, portanto, autenticidade em arquivos do tipo documento tais como: Contratos, Propostas, etc.</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> É providencial mantermos um "leitor de PDFs" em nosso micro. Boa parte das informações que disponibilizamos via Web Site CM está no formato PDF.</p>
<b>11. INVENTÁRIO de Hardware e Software</b>	<p>A documentação atualizada dos componentes de hardware e software é um item essencial no dia-a-dia dos usuários de computador. É muito comum precisarmos saber informações sobre: HD, Memória RAM, placa-mãe, placa de vídeo, interface de rede etc.; além de uma lista que relate os programas e respectivas versões instaladas.</p>	<p><b>EXECUÇÃO:</b> Sempre que alterarmos componentes relevantes: ver Formulário CM. Utilize os recursos de Inventário disponibilizados em nosso site: "<u>DOWNLOAD PROGRAMAS</u>" em: → &lt;4. INVENTÁRIO&gt; ou acesse <u>no nível "raiz"</u>, a opção &lt;INVENTÁRIO GRATUITO&gt;.</p>
<b>12. PREVENTIVA de HARDWARE</b>	<p>Muitas falhas são provenientes de poeira, sujeira. <u>Não deixe de fazer!</u></p>	<p><b>Execução:</b> Semestral ou Anual. Só p/ Desktops.</p>