

OPTIMIZACIÓN Y MANTENIMIENTO DEL ORDENADOR DEL PROFESOR.

Toshiba L300 en Castilla La Mancha.

Mercedes Rodenas Pastor

Profesora de Tecnologías del IES. Cristóbal Pérez Pastor. Tobarra, Albacete.

Resumen.

El uso de las TIC en el aula como una magnífica estrategia en el proceso de enseñanza-aprendizaje es una realidad innegable, pero en muchos casos el estado de los equipos nos dificulta el normal funcionamiento en el aula, por lo que la ventaja se convierte en inconveniente. Este hecho hace desistir a muchos profesores de intentar la integración de nuevas tecnologías en las aulas, este artículo pretende ser una pequeña guía para mantener el ordenador y que éste funcione correctamente y evitar posibles errores y fallos que tanto tiempo nos roban en el aula y fuera de ella.

1.1.-MANTENIMIENTO BÁSICO.

Herramientas del sistema operativo Windows

En ocasiones apagamos de forma incorrecta nuestro PC, por lo que se debería revisar la integridad de nuestro disco o discos en busca de errores, para ello podemos utilizar la herramienta **Scandisk** que incluye nuestro Sistema Operativo Windows. (Idea visitar propiedades MI PC)

Para realizar un Scandisk a cualquier disco duro desde Windows, debes hacer clic en el botón *Inicio*, luego sobre *Mi PC* y finalmente haces clic con el ratón derecho sobre las *propiedades* del disco duro al cual le quieres hacer el Scandisk.

Escoge la pestaña *Herramientas* y pulsa sobre el botón *Comprobar ahora*, en la ventana que te aparece seleccionas el tipo de reparación que deseas en caso de errores y pulsas el botón *Iniciar*, a partir de este momento si no hay ningún problema grave con el disco duro, realizará la comprobación.

También es conveniente cada cierto tiempo, realizar una operación de **desfragmentación del Disco**, para organizar la información que tenemos en él. Dicha aplicación en Windows podemos encontrarla en Inicio->Programas->Accesorios->Herramientas del Sistema.

Los archivos temporales que se guardan en nuestro PC, y que no hacen más que ocupar espacio en el Disco, se deben eliminar de forma periódica como es el caso de los **archivos temporales de Internet**, que podemos eliminarlos entrando en el Internet Explorer, y desde el menú Herramientas->Opciones de Internet->General->Eliminar archivos.

Para instalar y desinstalar programas debemos utilizar el ejecutable del panel de control *Agregar o quitar programas*



del **Agregar o quitar p...**

Herramientas externas

Existen programas gratuitos que nos ayudan al mantenimiento PC voy a enumerar algunos de los más interesantes:

CCleaner o **Disk Cleaner**: borra archivos temporales, elimina datos redundantes, incluye un limpiador de registro, desinstala programa.

Recuva 1.1: Destinada a la recuperación de datos perdidos o eliminados accidentalmente.

Revo Uninstaller: Es un buen programa de desinstalación de programas sin dejar rastros.

CONAN lleva a cabo un análisis exhaustivo de los elementos de riesgo de tu PC, agrupando y cotejando toda esa información para su análisis posterior. Es un servicio especialmente indicado para situaciones en las que un antivirus no nos solucione el problema y necesitemos ir más allá.

Con la utilidad CONAN podrá obtener un **informe inmediato del nivel de seguridad de su PC**

1.2.- PROTEGE TU PC

Para abordar este apartado se recomienda las medidas propuestas por la [Oficina de Seguridad del Internauta](#), las cuales a continuación se listan.

Aquí encontraras los principales elementos y herramientas que hacen a un sistema seguro. Configura el PC para que no sea vulnerable, y así también evitarás que se convierta en una fuente de inseguridad para amigos y colegas.

Unos buenos hábitos al utilizar los servicios que nos brinda Internet –navegación, correo, redes sociales, etc.- son fundamentales para no exponernos a riesgos innecesarios.

Pero no todas las amenazas se pueden evitar. Si no protegemos correctamente nuestro sistema, podemos ser víctima de virus y usuarios maliciosos simplemente al conectarnos o navegar por Internet.

Elementos básicos para no quedar infectado

A continuación se detallan los principales elementos que debes tener en cuenta para tener un sistema robusto con el que sentirte seguro en la red.

- **Actualizaciones de software**
- Ten el sistema a la última para que los virus no puedan encontrarle el punto débil.
- **Cuentas de usuario**
- Utiliza la cuenta apropiada para evitar que virus puedan manipular tu PC.
- **Útiles Gratuitos**
- Confía en un antivirus como última defensa. Así como en otras herramientas de fácil manejo.

Para obtener una seguridad completa

Tampoco olvides prestar atención a los siguientes elementos. Se suele decir que la seguridad informática es como una cadena, y que ésta será tan fuerte como el más débil de sus eslabones.

- **Redes WiFi**
 - Si tienes una red inalámbrica protégela. Evitaras escuchas y usos indebidos de terceros.
- **Navegador seguro**
 - Configura tu navegador para que este protegido durante la navegación.
- **Contraseñas seguras**
 - Utiliza contraseñas robustas para evitar que suplanten tu identidad.
- **Cortafuegos**
 - Controla las comunicaciones de tu PC y evita los virus que se propagan por la red
- **Portátiles**
 - Protege tu ordenador portátil de sus amenazas

Si ya es demasiado tarde...

Por último, en caso de tener un incidente ten presente que no existe la seguridad al 100%- también puedes recurrir a la funcionalidad de restauración del sistema y a las copias de seguridad.

- **Restauración del sistema**
 - Vuelve a un estado previo en el que el sistema funcionará correctamente.
- **Copias de seguridad**
 - Se previsor para poder recuperar tus datos más importantes ante un desastre.

1.3.-RESTAURACIÓN DEL EQUIPO.

Cuando hablamos de restaurar el equipo tenemos dos opciones:

- 1.3.1.-La restauración desde los DVD que nos proporcionaron con el portátil, es decir, partiendo de una imagen estándar e igual para todos.
- 1.3.2.-La restauración desde una imagen que realicemos nosotros con un programa de clonación. Esta opción, aunque a priori parece más laboriosa, nos permite personalizar nuestra imagen la cual incluye los programas que instalemos en nuestro ordenador, las actualizaciones del equipo, etc.

1.3.1.-La restauración desde los DVD que nos proporcionaron con el portátil.

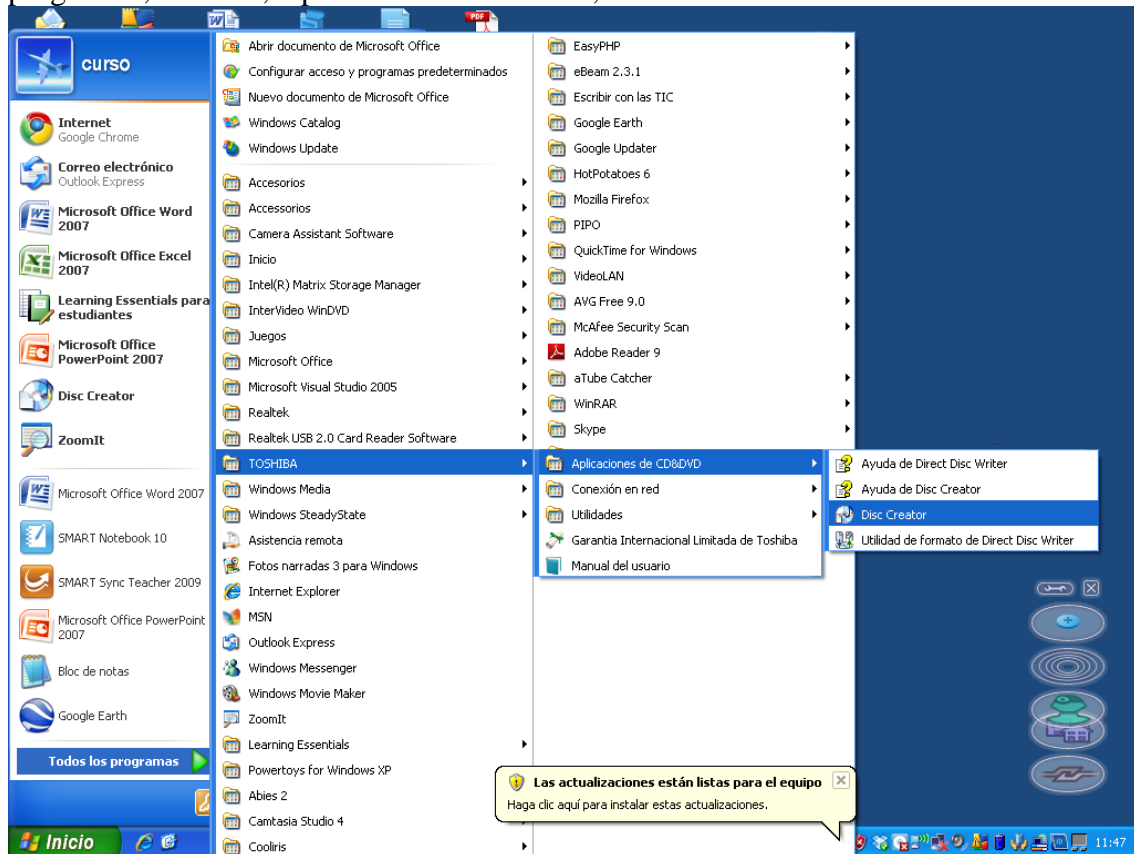
El primer paso a dar antes de restaurar el equipo es salvar aquellos archivos que consideremos importantes, para lo cual podemos utilizar cualquier programa de copiado (Nero, Toshiba disk Creator, etc). A continuación se detallan los pasos a seguir para salvar los datos de D: con las herramientas disponibles en el ordenador:

OBSERVACIÓN: Es muy recomendable guardar los documentos y/o archivos en la partición **D datos** para poder salvarlos más fácilmente, incluso sino arranca Windows podemos tener acceso a ellos desde la partición de Molinux.

Realización de copias de seguridad Disk Creator de Toshiba

Con "Toshiba Disk Creator" puede crear copias de seguridad de disco duro, que guardará en un CD o DVD. El procedimiento de creación es el siguiente:

Abra la utilidad Disk Creator. Esta utilidad se encuentra en el menú Inicio, Todos los programas, Toshiba, Aplicaciones CD&DVD, Disk Creator.



Este programa lo que nos permite es salvar los archivos que deseemos en un DVD o CD. En la imagen anterior vemos que al igual que se accede a la aplicación también se puede acceder a la AYUDA DE DISC CREATOR.

Recuperación de sistema mediante DVD. de recuperación. Windows XP Profesional y Molinux Hidalgo

Existen dos DVD de recuperación total del sistema. Se ha de tener en cuenta que la utilización de estos DVD implica, al realizar la restauración, la pérdida de todos los datos e instalaciones posteriores a la original, tanto en Windows XP Profesional como en Molinux Hidalgo.

Para realizar la restauración desde el DVD de recuperación, introduzca el DVD 1 y apague el equipo portátil. Una vez apagado pulse el botón de encendido y, a continuación, pulse la tecla de función F12.

Aparecerá entonces un menú en modo texto en el que deberá seleccionar la opción 3. CD/DVD. Pulse la tecla ENTER y automáticamente, tras unos segundos, se iniciará la carga del DVD de recuperación del portátil.

Una vez iniciado el programa de recuperación Tuxum Phantom, pedirá seleccionar una opción. Si desea Recuperar los datos desde CD/DVD seleccione la opción “Recover”; si por el contrario no desea realizar la recuperación de Windows XP Profesional y de Molinux Hidalgo, seleccione la opción “Quit Salir”.

Si ha seleccionado la opción Recover, aparecerá una nueva pantalla en la que se indica lo siguiente:

“Con esta opción podrá recuperar los datos que ya guardó en un CD/DVD”.

Realizando esta tarea PERDERA TODOS LOS DATOS QUE ESTÉN EN SU ORDENADOR ACTUALMENTE. En su lugar se pondrán los datos que hay en el Backup.

Si no está seguro si más adelante puede necesitar los datos que hay ahora mismo en su ordenador, por favor, haga una copia de seguridad, bien por medios tradicionales copiando a mano los archivos individuales que necesita.

No se podrá acceder a estos datos de backup por medios normales, de modo que en muchos casos tendrá que utilizar medios tradicionales.

Seleccione < Yes > si desea que se realice la restauración.

La restauración comenzará y se le pedirá que introduzca el siguiente CD/DVD de la serie. Tras introducir el siguiente y último DVD, pulse ENTER.

La recuperación habrá finalizado cuando se le indique el siguiente mensaje:

“¡Recuperación completada! Disfrute de su sistema.” Pulse ENTER y, a continuación, pulse la opción “Quit Salir”.

El equipo se apagará y al encenderlo de nuevo deberá sacar el DVD.

Realización y restauración de copias de seguridad de Windows XP Profesional

Podemos encontrar esta información totalmente detallada en la [guía de uso del portátil](#).

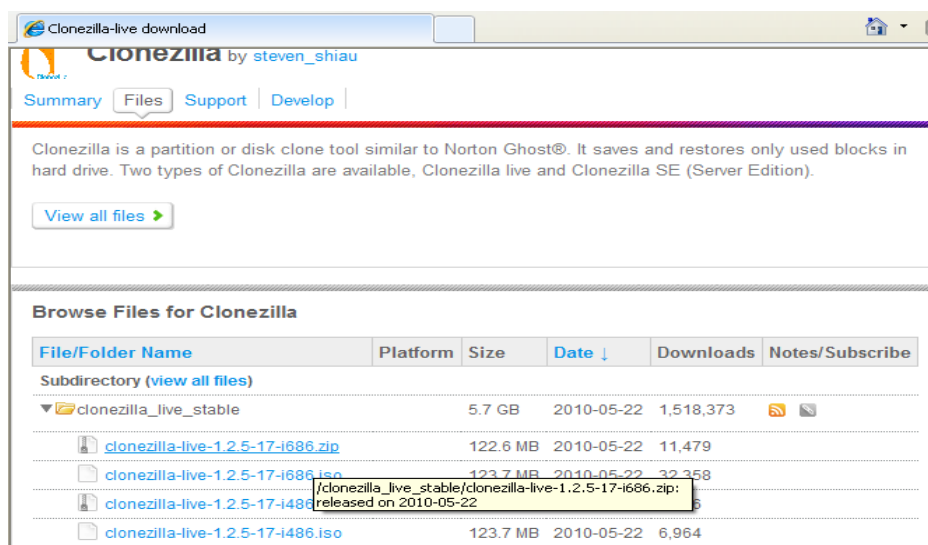
1.3.2.-La restauración desde una imagen personalizada.

La imagen que vamos a crear debe partir de un estado de funcionamiento correcto del ordenador, si no es así, primero deberíamos realizar el paso anterior 3.3.1.-La restauración desde los DVD que nos proporcionaron con el portátil, además de instalar todos aquellos programas que utilicemos normalmente, configurar el programa de correo electrónico, configurar las redes, volcar los datos de D:, permitir las actualizaciones automáticas, etc. Con todo esto nuestro ordenador está a punto para ser clonado.

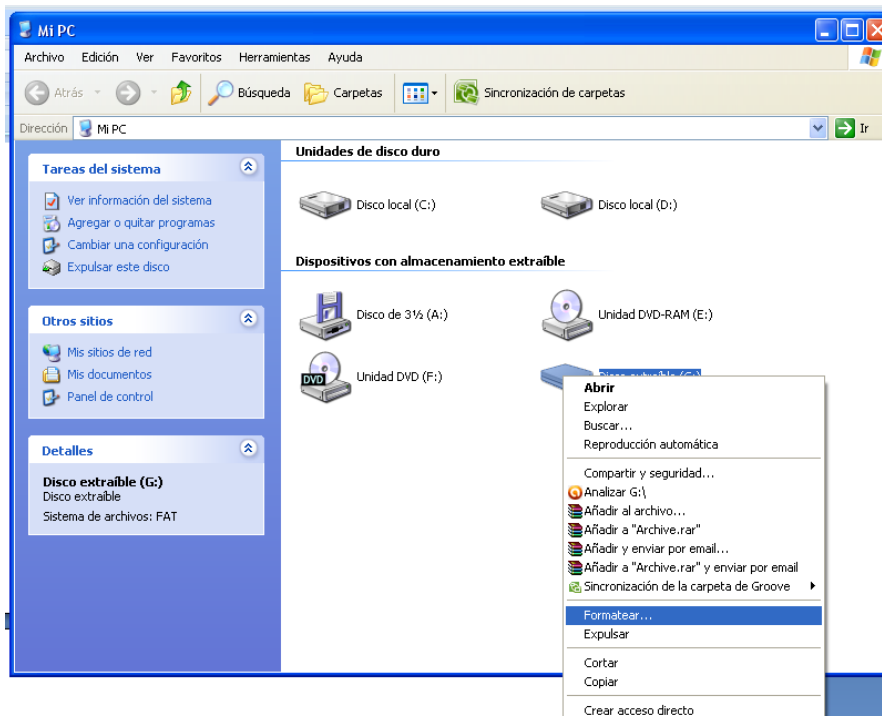
Para realizar la copia de seguridad utilizaremos Clonezilla-live, **software que se encarga de “clonar” discos duros creando una imagen exacta que podemos restaurar y dejar el PC o servidor como se encontraba cuando funcionaba correctamente.** Existen multitud de herramientas de pago, tal vez la más popular, porque lleva muchos años en el mercado, sea Norton Ghost, pero el movimiento opensource avanza de tal manera que podemos obtener software gratuito y fiable.

La forma de trabajo se basa en un Live-USB basado en linux desde el que podemos arrancar un equipo y proceder a sacar una copia exacta de su disco duro. La web oficial (<http://clonezilla.org/download/sourceforge/>) nos ofrece una versión comprimida Clo-

nezilla-live-usb.zip que. se proporciona junto a los materiales del curso, decir que cuando realices el curso puede que se encuentre disponible una versión más actualizada.



Para poder ejecutar esta opción debes disponer de una Memoria USB de capacidad mínima (menos de 256 MB), la cual debes formatear. Para formatear la memoria USB desde Mi PC, haces clic en el botón de la derecha del ratón sobre el icono de la memoria y seleccionas formatear, después seleccionas Iniciar.



Una vez formateada la memoria descomprimos el archivo facilitado en los materiales del curso clonezilla-live-1.2.5.17.zip en ella. Después exploramos la memoria y abrimos las carpetas utils-win32-y hacemos doble clic sobre el icono makeboot.



Ahora nos toca elegir si creamos la imagen de una partición, el ordenador Toshiba tiene tres particiones sda1 (C: sistema operativo Windows), sda2 (D: datos), sda3 (sistema operativo molinux), o del disco duro entero.

[Crear y restaurar una imagen de una partición.](#)

[Crear y restaurar una imagen de un disco duro entero.](#)

Existen muchos tutoriales y videotutoriales por la web (http://www.youtube.com/results?search_query=clonezilla+espa%3%B1ol&aq=f) y la página oficial es bastante completa, así que os ánimo a probarlo.

1.4.-OTRAS APLICACIONES:

En este apartado, vamos a instalar programas o aplicaciones que resultan útiles y optimizan el funcionamiento del ordenador.

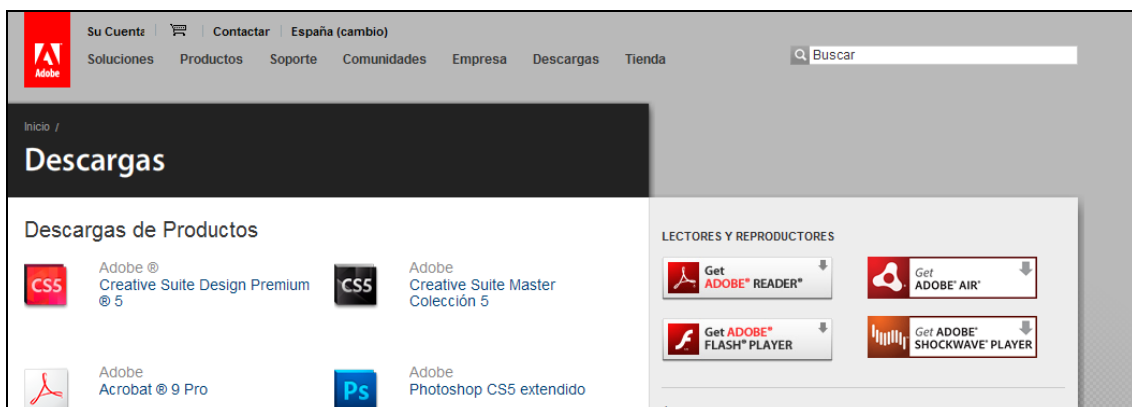
A.- Respecto al navegador debes actualizar **Internet Explorer**, además tienes otras opciones que debes valorar como son el navegador **Mozilla Firefox**, **Google Chrome**, **Opera**, **Safari**, etc. La mejor forma de valorar que navegador se adapta mejor a tus necesidades consultando comparativas que puedes buscar en internet.



Puedes encontrar una comparativa que te puede ayudar a elegir el navegador en la revista [PC Actual del mes de enero de 2010](#).



B.- Es conveniente [actualizar: Flash Player, Shockwave, Adobe Reader y Java](#). Verificaremos que podremos abrir ficheros diseñados con estas herramientas, tanto los descargados a nuestro ordenador como los visualizados mediante cualquiera de los navegadores.



C.- Es ventajoso tener un programa de compresión y descompresión de archivos. Los más conocidos son WinZip y WinRAR pero no son gratuitos. Si deseamos uno totalmente libre sugiero **7zip**, **PeaZip** o **IZArc**.

D.- Reproducción de ficheros multimedia. Lo común es echar mano de Windows Media Player, pero a veces no podemos visualizar algún archivo, entonces debemos probar con otros reproductores. Dichos reproductores los podemos obtener desde alguna página de

descargas como softonic, **KMPlayer** y **VLC** son reproductores de vídeos que hasta la fecha están funcionando muy bien.

E.- Estar al día en las **actualizaciones críticas** propuestas por Microsoft. Recordemos que tenemos licencia tanto para Windows como para Office 2007. Esta circunstancia nos permite bajarnos utilidades, plantillas de ofimática y herramientas diversas de Microsoft.

PASOS A SEGUIR PARA RESTAURAR UN ORDENADOR DESDE EL PRINCIPIO

0.- Salvamos documentación que deseemos conservar incluidas cuentas de correo, mensajes, favoritos, etc..

- 1.- Lanzamos las imágenes de los DVD de restauración.
- 2.- Configuramos wifi
- 2.- Desinstalamos antivirus e instalamos otro.
- 3.- Actualizamos navegador IE 8 y si queremos instalamos Mozilla Firefox y/o alguno más.
- 4.- Actualizamos Adobe
- 5.- Instalamos VLC
- 6.- Instalamos compresor 7zip o Peazip.
- 7.- Opcional Instalamos programas de mantenimiento (CCleaner, Recuva, Conan,...)
- 9.- Cambiar ruta de webcam
- 8.- Hacemos imagen de la partición de disco duro C

SOCIEDAD DE LA INFORMACION

www.sociedadelainformacion.com

Edita:



Director: José Ángel Ruiz Felipe

Jefe de publicaciones: Antero Soria Luján

D.L.: AB 293-2001

ISSN: 1578-326x