📄 Conteúdo do Checklist de manutenção preventiva

Por que fazer manutenção preventiva?

Manutenção preventiva é o conjunto de cuidados regulares que **evitam problemas** antes que eles aconteçam. É como trocar o óleo do carro: parece um gasto pequeno, mas evita um prejuízo grande.

Um computador bem cuidado dura mais, esquenta menos, trava menos e mantém o desempenho por mais tempo.

Este checklist reúne os cuidados essenciais, divididos por frequência. Use-o como guia prático — marque cada item conforme for concluindo.

✅ Diariamente (ou sempre que usar)

Desligar o computador corretamente (nunca puxar da tomada ou segurar o botão)

Fechar programas que não está usando (libera memória e processamento)

Não deixar o computador em local abafado (mesa com pouca ventilação)

Não comer nem beber em cima do teclado (evita líquidos e migalhas)

Não instalar programas de fontes duvidosas

✅ Semanalmente

Esvaziar a lixeira (arquivos apagados continuam ocupando espaço até isso)

Verificar atualizações do Windows (ou confirmar que estão automáticas)

Fazer backup dos arquivos novos (fotos, documentos, trabalhos)

Reiniciar o computador (sim, desligar/ligar de vez em quando ajuda o sistema)

✅ Mensalmente

Executar verificação de vírus completa (Windows Defender → Verificação Completa)

Limpar arquivos temporários (Ferramenta de Limpeza do Windows)

Verificar espaço livre no disco (deixar pelo menos 15–20% livre)

Atualizar programas que não atualizam sozinhos (navegador, apps específicos)

Verificar a lista de programas de inicialização (desativar os que não usa)

✅ A cada 3–6 meses

Limpar fisicamente o computador (retirar poeira das saídas de ar com pincel seco ou ar comprimido)

Verificar se o cooler está funcionando (barulho estranho, ventoinha parada)

Desinstalar programas que não usa mais (libera espaço e reduz riscos)

Revisar o backup completo (todos os arquivos importantes copiados?)

Testar abrir alguns arquivos do backup (garantir que o backup está íntegro)

✅ A cada 1–2 anos

Trocar a pasta térmica do processador (especialmente se o computador esquenta muito)

Avaliar upgrade de SSD ou memória RAM (se o desempenho já não atende)

Revisar a estrutura de backup (regra 3-2-1: 3 cópias, 2 mídias, 1 fora do local)

Levar a um técnico para revisão geral (limpeza interna profunda, checagem de componentes)

⚠️ Sinais de que algo está errado

Fique atento a estes sinais. Se notar algum, procure um técnico **antes** que vire um problema maior:

- Computador muito lento (mesmo após limpeza)
- Barulho estranho vindo do gabinete
- Superaquecimento (computador quente ao toque, ventoinha sempre acelerada
- Travamentos frequentes, telas azuis
- Programas fechando sozinhos
- Vírus ou pop-ups que não somem
- HD ou SSD com falhas (arquivos corrompidos, erros ao abrir)
- Cheiro de queimado (desligue imediatamente e procure ajuda)

💡 Dica final

Não espere o problema aparecer para cuidar do computador. A manutenção preventiva custa pouco e evita gastos grandes. Um computador com cuidados regulares dura o dobro de um que só é "socorrido" quando trava.

📞 Contato

Técnico Paulo Fagoto
Atendimento em Valinhos/SP e região | Suporte remoto
E-mail: pauloinformatica@proton.me
Site: www.paulofagoto.com.br