

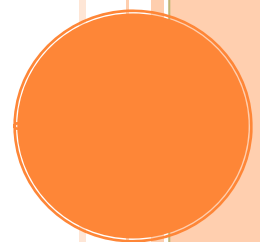
# RECOMENDACIONES PARA SISTEMAS WINDOWS

*Grup d'Instrumentació Electrònica i Biomèdica - IEB*

Consejos para tener un sistema Windows en estado  
óptimo.

Alfonso Méndez

04/09/2015

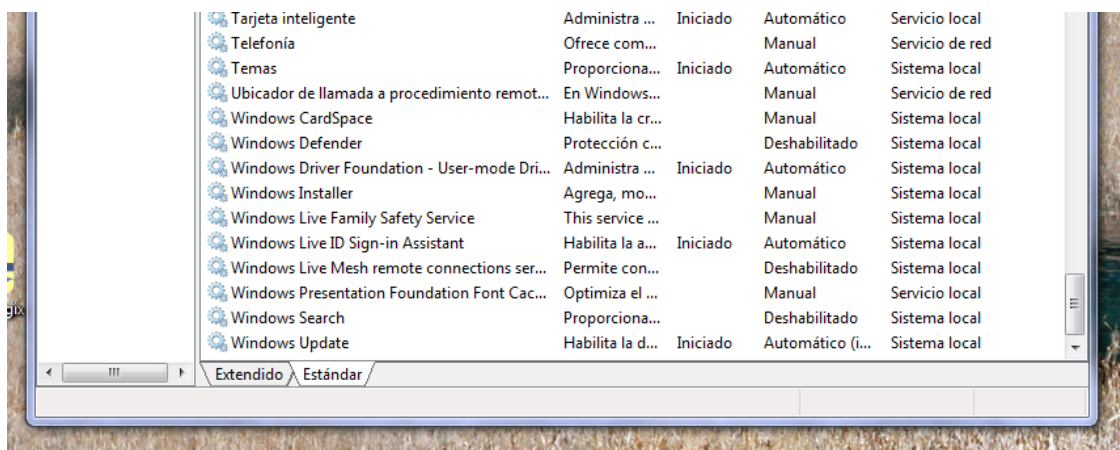


En adelante, cuando se menciona “Llamar a una consola” se refiere a escribir en el *cuadro de búsqueda de Windows* o en el cuadro *Ejecutar ...*

## Mejorar rendimiento

**Memoria:** Disponer de 8 GB de RAM y una versión del sistema de 64 bits.

**Desactivar servicios innecesarios:** Llamar a la consola *administración de servicios*, tecleando *services.msc*, y desactivar *Windows Search* y *Windows Defender*



**Desactivar programas de inicio:** Llamar a la *consola configuración del sistema*, tecleando *msconfig*, y desactivar los programas innecesarios que arrancan al inicio. Algunos ejemplos: todos los programas relacionados con Office y Adobe.

### Disco duro:

**Desinstalar programas innecesarios:** llamar a la consola *appwiz.cpl*, botón derecho sobre la aplicación y la opción desinstalar.

**Borrar ficheros innecesarios:** A través del explorador de Windows y con el programa gratuito *ccleaner*:

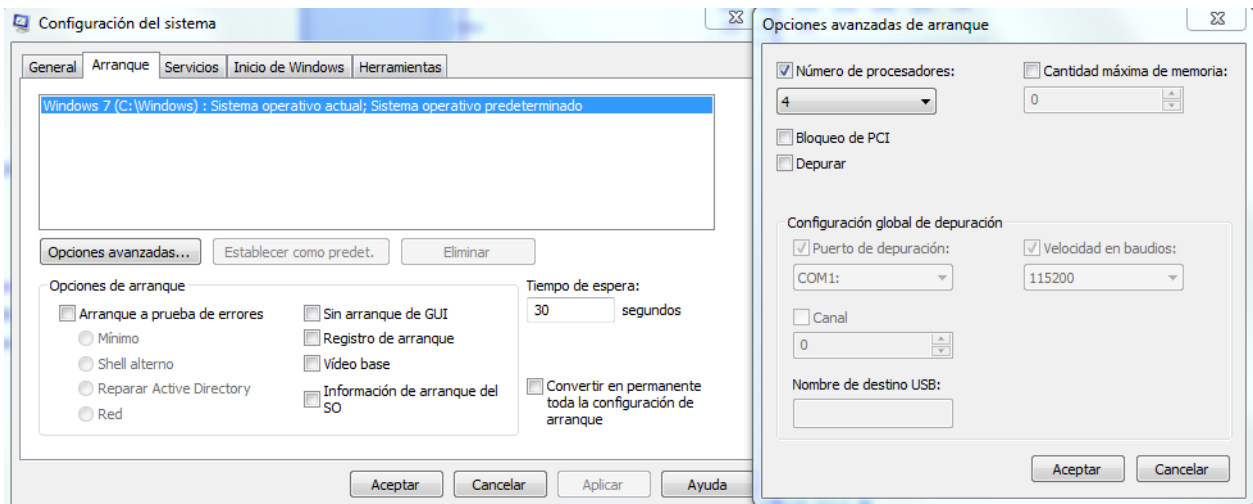
[http://www.filehippo.com/es/download\\_ccleaner](http://www.filehippo.com/es/download_ccleaner)

**Desfragmentar el disco de sistema:** A través de las aplicaciones gratuitas Mydefrag (<http://www.mydefrag.com/>) o Defraggler (<http://www.piriform.com/defraggler>)

## Registro de windows:

**Analizar y limpiar el registro:** A través del programa gratuito *cleaner*: [http://www.filehippo.com/es/download\\_cleaner](http://www.filehippo.com/es/download_cleaner)

**Acelerar el arranque de windows:** Llamar a la consola *msconfig* y marcar todos los núcleos que tenga vuestro procesador para que arranque más rápido.



## Seguridad

**Directiva de auditoría:** Editar las directivas de auditoría para que se monitoricen elementos de seguridad por si hubiera problemas.

Llamar a la consola *secpol.msc*, y en *Directivas locales - Directiva de auditoría*, activar los siguientes elementos:

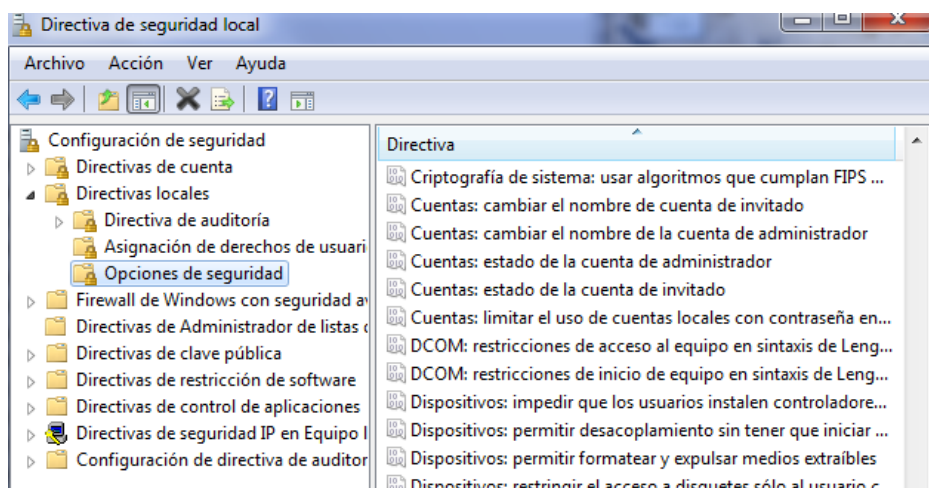
Directiva	Configuración de seguri...
Auditar el acceso a objetos	Erróneo
Auditar el acceso al servicio de directorio	Correcto, Erróneo
Auditar el cambio de directivas	Erróneo
Auditar el seguimiento de procesos	Correcto, Erróneo
Auditar el uso de privilegios	Correcto, Erróneo
Auditar eventos de inicio de sesión	Correcto, Erróneo
Auditar eventos de inicio de sesión de cuenta	Correcto, Erróneo
Auditar eventos del sistema	Correcto, Erróneo
Auditar la administración de cuentas	Erróneo

**Cuentas de administrador y usuario:** Trabajar principalmente con una cuenta de usuario sin derechos administrativos y conmutar (mediante

Cambio de usuario) a la cuenta Administrador cuando haya que configurar el sistema.

Abra la consola *lusrmgr.msc* para administrar los usuarios.

**Cambiar el nombre de la cuenta Administrador:** Abra la consola *secpol.msc* y en *Directivas locales – Opciones de seguridad* cambie el nombre de la cuenta.



**Acceso desde la red sólo a Administradores:** Abra la consola *secpol.msc* y en *Directivas locales – Opciones de seguridad – Tener acceso a este equipo desde la red* deje sólo al grupo Administradores.

**Acceso local sólo a Administradores y Usuarios:** Abra la consola *secpol.msc* y en *Directivas locales – Opciones de seguridad – Permitir el inicio de sesión local* deje sólo al grupo Administradores y Usuarios.

**Antivirus:** Es obligatorio tener instalado un buen antivirus. De los programas antivirus gratuitos que se encuentran por la red, recomiendo *Avast! Free antivirus 2015*. Está muy bien posicionado en los últimos análisis <https://www.av-test.org/es/antivirus/usuarios-finales-windows/>

Pueden descargarlo de: <https://www.avast.com/es-es/download-thank-you.php?product=FAV-ONLINE&locale=es-es>

**Spyware:** Es muy recomendable tener instalado un buen programa antispyware. De los programas gratuitos que se encuentran por la red,

recomiendo *Superantispyware*, no tiene módulo residente, con lo que periódicamente deberíamos ejecutarlo bajo demanda.

Pueden descargarlo de: <http://www.superantispyware.com/>

***Protección / Restauración del sistema:*** Se recomienda tener activada la función *Restauración del sistema*, al menos en la partición del sistema. Esta función mantiene una lista de *Puntos de restauración* a los que se puede volver en cualquier momento.

Abra la consola *SystemPropertiesAdvanced*, active la *Protección de sistema* y revise la configuración.

***2ª Partición:*** Se recomienda tener dos particiones. La principal para el sistema operativo y aplicaciones (≈ 250 GB) y otra secundaria para los documentos de trabajo.

***Mover carpetas personales a la 2ª Partición:*** Establecer las carpetas personales en la segunda partición. En el siguiente enlace se explica cómo hacerlo: [http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup\\_Win7.pdf](http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup_Win7.pdf)

***Windowsupdate:*** Se recomienda instalar todas las actualizaciones de Microsoft referentes al Sistema y a Office a través del servicio *WindowsUpdate*

## Copias de seguridad

***Disco externo:*** Se recomienda tener un disco externo de entre 1 y 2 GB para guardar las copias de seguridad.

***Primera copia de seguridad completa:*** Después de haber instalado el SO y todas las aplicaciones, se habría de hacer un Backup del sistema con la propia aplicación nativa que incorpora **Windows 7**. En el siguiente enlace hay más información: [http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup\\_Win7.pdf](http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup_Win7.pdf)

***Copias de seguridad periódicas de las carpetas personales:*** Con la propia aplicación nativa que incorpora **Windows 7** se pueden programar

copias periódicas de carpetas personales. En el siguiente enlace hay más información: [http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup\\_Win7.pdf](http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup_Win7.pdf)

A partir de Windows 8 y debido al gran cambio que ha habido sobre las copias de seguridad, aconsejo para carpetas personales el uso de la aplicación

**FreeFileSync** que puede encontrar en:

<http://sourceforge.net/projects/freefilesync/>

### ***Windows 8 y 8.1 – Imagen de sistema***

Las últimas versiones de Windows han variado la funcionalidad de las herramientas nativas de copia de seguridad.

La imagen de sistema se realiza a través de **“Historial de archivos”** Ponga en el cuadro de búsqueda “Historial de archivos” y ábralo. En la parte inferior izquierda, ejecute “Copia de seguridad de imagen de sistema”

Con la propia aplicación nativa que incorpora **Windows 7** se pueden programar copias periódicas de carpetas personales. En el siguiente enlace hay más información: [http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup\\_Win7.pdf](http://gaia.upc.es/gieb/TIC/Backup/pdf/Backup_Win7.pdf)

## **Instalación desde cero**

- *Crear dos particiones*
- *Instalar el sistema*
- *Instalar las aplicaciones*
- *Seguir los pasos que se han indicado anteriormente en **Seguridad y Mejorar rendimiento***
- *Crear copia de seguridad del sistema en el disco externo.*
- *Programar las copias de seguridad periódicas de las carpetas personales.*

## **Enlaces de interés**

- *Gizmos’s freeware* <http://www.techsupportalert.com/>
- *Listado de todos los comandos rápidos disponibles en Windows 7 - norfiPC :* <http://norfiPC.com/inf/lista-comandos-rapidos-windows-7.html>
- *Consejos útiles para detectar intrusiones de red – norfiPC:* <http://norfiPC.com/articulos/intrusiones-red.html>