

Guia de Limpeza Completa para Windows

Este documento detalha as etapas para otimizar e limpar seu sistema operacional Windows, visando melhorar o desempenho e liberar espaço em disco.

Passo 1: Limpeza de Arquivos Temporários e Desnecessários

1. Limpeza de Disco do Windows:

- Vá em **Iniciar** e digite "Limpeza de Disco".
- Selecione a unidade que deseja limpar (geralmente C:).
- Clique em "**Limpar arquivos do sistema**".
- Marque todas as caixas de seleção que contiverem arquivos desnecessários (como "Arquivos de Otimização de Entrega", "Arquivos Temporários da Internet" e "Lixeira").
- Clique em **OK** e depois em **Excluir arquivos**.

2. Limpeza do Cache do Navegador:

- Abra seu navegador (Chrome, Edge, Firefox, etc.).
- Use o atalho **Ctrl + Shift + Del** para abrir o menu de limpeza de dados de navegação.
- Selecione o período de tempo ("Todo o período").
- Marque as opções de cache e cookies e clique em **Limpar**.

Passo 2: Desinstalação de Programas

1. Remoção de Programas Não Utilizados:

- Vá em **Configurações > Aplicativos > Aplicativos e recursos**.
- Percorra a lista de programas instalados.
- Clique nos programas que você não usa mais e selecione "**Desinstalar**".
- Confirme a desinstalação.

Passo 3: Verificação de Vírus e Malware

1. Usando o Windows Defender:

- Vá em **Iniciar** e digite "Segurança do Windows".
- Selecione "**Proteção contra vírus e ameaças**".
- Clique em "**Opções de verificação**" e escolha "**Verificação completa**".
- Inicie a verificação. Isso pode levar um tempo considerável.

2. Ferramenta de Remoção de Software Mal-Intencionado (MRT):

- Vá em **Iniciar** e digite "mrt" e pressione **Enter**.
- Siga as instruções para executar uma verificação.

Passo 4: Otimização do Sistema

1. Otimização de Unidade (Desfragmentação):

- Vá em **Iniciar** e digite "Desfragmentar e Otimizar Unidades".
- Selecione sua unidade principal (geralmente C:).
- Clique em **Otimizar**. O Windows fará a desfragmentação (para HDDs) ou o TRIM (para SSDs) automaticamente, melhorando o acesso aos arquivos.

2. Gerenciamento de Programas de Inicialização:

- Abra o **Gerenciador de Tarefas** (Ctrl + Shift + Esc).
- Vá para a aba "**Inicializar**".
- Clique com o botão direito em programas com alto impacto na inicialização e que você não precisa que iniciem com o Windows, e selecione "**Desabilitar**".

Passo 5: Manutenção do Registro e Arquivos do Sistema

1. Verificação e Reparo de Arquivos do Sistema:

- Vá em **Iniciar**, digite "cmd", clique com o botão direito em "Prompt de Comando" e selecione "**Executar como administrador**".
- Na janela do Prompt, digite o comando sfc /scannow e pressione **Enter**.
- Aguarde a conclusão da verificação. Este comando verifica e repara arquivos corrompidos do sistema.

Seguindo esses passos regularmente, você manterá seu sistema Windows limpo, rápido e seguro.

FALTOU REALIZAR A LIMPEZA DE EXECUTAR = TEMP, %TEMP%

É um ótimo ponto! A limpeza das pastas temporárias do **Executar** (temp e %temp%) é uma etapa fundamental e, por vezes, esquecida.

Documento: Guia de Limpeza Completa para Windows (Versão Atualizada)

Este documento detalha as etapas para otimizar e limpar seu sistema operacional Windows, visando melhorar o desempenho e liberar espaço em disco.

Passo 1: Limpeza de Arquivos Temporários

1. Limpeza de Disco do Windows:

- Vá em **Iniciar** e digite "Limpeza de Disco".
- Selecione a unidade que deseja limpar (geralmente C:).

- Clique em "**Limpar arquivos do sistema**".
- Marque todas as caixas de seleção com arquivos desnecessários (como "Arquivos de Otimização de Entrega", "Arquivos Temporários da Internet" e "Lixeira").
- Clique em **OK** e depois em **Excluir arquivos**.

2. Limpeza via Comando Executar:

- Pressione as teclas **Windows + R** para abrir a janela do **Executar**.
- Digite **temp** e pressione **Enter**. Isso abrirá a pasta de arquivos temporários do usuário. Pressione **Ctrl + A** para selecionar todos os arquivos e pastas, e depois pressione a tecla **Delete**. Pule os arquivos que o Windows não permitir excluir.
- Repita o processo: Pressione **Windows + R**, digite **%temp%** e pressione **Enter**. Pressione **Ctrl + A** e depois **Delete** para remover o conteúdo dessa pasta.
- Repita mais uma vez: Pressione **Windows + R**, digite **prefetch** e pressione **Enter**. Se solicitado, conceda permissões de administrador. Pressione **Ctrl + A** e **Delete** para apagar os arquivos de pré-busca.

3. Limpeza do Cache do Navegador:

- Abra seu navegador (Chrome, Edge, Firefox, etc.).
- Use o atalho **Ctrl + Shift + Del** para abrir o menu de limpeza de dados.
- Selecione o período de tempo ("Todo o período").
- Marque as opções de cache e cookies e clique em **Limpar**.

Passo 2: Desinstalação de Programas

- Vá em **Configurações > Aplicativos > Aplicativos e recursos**.
- Percorra a lista de programas instalados.
- Clique nos programas que você não usa mais e selecione **"Desinstalar"**.

Passo 3: Verificação de Vírus e Malware

- **Usando o Windows Defender:**
 - Vá em **Iniciar** e digite "Segurança do Windows".
 - Selecione **"Proteção contra vírus e ameaças"**.
 - Clique em **"Opções de verificação"** e escolha **"Verificação completa"**.
-

Passo 4: Otimização do Sistema

- **Otimização de Unidade (Desfragmentação):**
 - Vá em **Iniciar** e digite "Desfragmentar e Otimizar Unidades".
 - Selecione sua unidade principal (geralmente C:) e clique em **Otimizar**.
 - **Gerenciamento de Programas de Inicialização:**
 - Abra o **Gerenciador de Tarefas** (Ctrl + Shift + Esc).
 - Vá para a aba "**Inicializar**".
 - Clique com o botão direito nos programas com alto impacto que você não precisa iniciar com o Windows e selecione "**Desabilitar**".
-

Passo 5: Manutenção do Registro e Arquivos do Sistema

- **Verificação e Reparo de Arquivos do Sistema:**
 - Abra o **Prompt de Comando** como administrador (cmd).
 - Digite o comando `sfc /scannow` e pressione **Enter**.

Ao incluir a limpeza das pastas temp e %temp%, o guia se torna ainda mais completo e eficaz para a manutenção do seu computador.