







Evaluation du site mettersinforma.it

Généré le 11 Avril 2026 16:26



Le score est de 47/100



Optimisation du contenu

	<p>Titre</p>	<p>Mettersinforma.it: il portale dedicato ad alimentazione, dieta e fitness</p> <p>Longueur : 72</p> <p>Idéalement, votre titre devrait contenir entre 10 et 70 caractères (espaces compris). Utilisez cet outil gratuit pour calculer la longueur du texte.</p>														
	<p>Description</p>	<p>Mettersinforma è il portale dedicato a fitness, integratori, dieta e alimentazione. Unisciti al club, mettiti in forma!</p> <p>Longueur : 119</p> <p>Génial, votre balise META description contient entre 70 et 160 caractères.</p>														
	<p>Mots-clefs</p>	<p>Très mauvais. Nous n'avons pas trouvé de balise META keywords sur votre page. Utilisez ce générateur gratuit de balises META en ligne pour créer des mots-clés.</p>														
	<p>Propriétés Open Graph</p>	<p>Bien, cette page profite des balises META Open Graph.</p> <table border="1" data-bbox="544 1413 1481 2040"> <thead> <tr> <th>Propriété</th> <th>Contenu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>Mettersinforma.it: il portale dedicato ad alimentazione, dieta e fitness</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Mettersinforma è il portale dedicato a fitness, integratori, dieta e alimentazione. Unisciti al club, mettiti in forma!</td> </tr> <tr> <td>url</td> <td>https://www.metttersinforma.it/asset/img/og/metttersinforma-open-graph-home.jpg</td> </tr> <tr> <td>image:type</td> <td>image/jpeg</td> </tr> <tr> <td>image:width</td> <td>800</td> </tr> <tr> <td>image:height</td> <td>800</td> </tr> </tbody> </table>	Propriété	Contenu	title	Mettersinforma.it: il portale dedicato ad alimentazione, dieta e fitness	description	Mettersinforma è il portale dedicato a fitness, integratori, dieta e alimentazione. Unisciti al club, mettiti in forma!	url	https://www.metttersinforma.it/asset/img/og/metttersinforma-open-graph-home.jpg	image:type	image/jpeg	image:width	800	image:height	800
Propriété	Contenu															
title	Mettersinforma.it: il portale dedicato ad alimentazione, dieta e fitness															
description	Mettersinforma è il portale dedicato a fitness, integratori, dieta e alimentazione. Unisciti al club, mettiti in forma!															
url	https://www.metttersinforma.it/asset/img/og/metttersinforma-open-graph-home.jpg															
image:type	image/jpeg															
image:width	800															
image:height	800															

Optimisation du contenu

	Niveaux de titre	<table border="1"> <thead> <tr> <th>H1</th> <th>H2</th> <th>H3</th> <th>H4</th> <th>H5</th> <th>H6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>4</td> <td>24</td> <td>0</td> <td>1</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> • [H1] Consigli per tornare presto in forma • [H2] Dieta e alimentazione • [H2] Fitness e movimento • [H2] Integratori e benessere • [H2] Ricette sane e salutari • [H3] Mettersi in Forma si trasforma in My Nudge Plan Italia • [H3] 13 consigli per gestire gli attacchi di fame • [H3] Cosa mangiare a cena per non soffrire di insonnia • [H3] Come perdere 5 kg in 15 giorni • [H3] Dieta della pasta: funziona davvero? • [H3] leggi tutti gli articoli • [H3] 5 “trucchi” per dimagrire senza accorgertene • [H3] Maniglie dell’amore: 3 esercizi per eliminarle velocemente • [H3] Dimagrire le gambe? Scopri gli esercizi più efficaci • [H3] 3 esercizi di stretching da fare 3 minuti al giorno • [H3] 3 esercizi per glutei tonici a prova costume • [H3] leggi tutti gli articoli • [H3] Tè verde per fegato, intestino e colon: quali benefici? • [H3] Come depurarsi con la gramigna • [H3] Fermenti lattici: come “dimagrire” con i probiotici • [H3] Le proprietà della betulla che aiutano la linea • [H3] Ritenzione idrica? Prova il tè verde • [H3] leggi tutti gli articoli • [H3] 3 modi per cucinare l’okra • [H3] Torta all’arancia light • [H3] Vellutata di cavolo rosso • [H3] Finocchi gratinati light • [H3] 3 modi per cucinare il tofu in modo salutare • [H3] leggi tutti gli articoli • [H5] 	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	4	24	0	1	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	4	24	0	1	0									
	Images	<p>Nous avons trouvé 39 image(s) sur cette page Web.</p> <p>18 attribut(s) alt sont vides ou manquants. Ajouter un texte alternatif permet aux moteurs de recherche de mieux comprendre le contenu de vos images.</p>												
	Ratio texte/HTML	<p>Ratio : 10%</p> <p>le ratio de cette page texte/HTML est au-dessous de 15 pour cent, ce qui signifie que votre site manque de contenu textuel.</p>												
	Flash	<p>Parfait, aucun contenu FLASH n'a été détecté sur cette page.</p>												
	Iframe	<p>Domage, vous avez des Iframes sur vos pages Web, cela signifie que son contenu ne peut pas être indexé par les moteurs de recherche.</p>												

Liens dans la page

leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
leggi articolo	Interne	Passing Juice
Privacy Notice	Interne	Passing Juice
Cookie Statement	Interne	Passing Juice
Cookie List	Interne	Passing Juice

Mots-clefs



Cohérence des mots-clefs

Mot-clef	Contenu	Titre	Mots-clefs	Description	Niveaux de titre
leggi	28	✘	✘	✘	✔
articolo	20	✘	✘	✘	✘
gli	9	✘	✘	✘	✔
tutti	8	✘	✘	✘	✔

Cohérence des mots-clefs

articoli

7



Ergonomie

	Url	Domaine : mettersinforma.it Longueur : 17
	Favicon	Génial, votre site web dispose d'un favicon.
	Imprimabilité	Aucun style CSS pour optimiser l'impression n'a pu être trouvé.
	Langue	Bien. Votre langue est : en.
	Dublin Core	Cette page ne profite pas des métadonnées Dublin Core.

Document

	Doctype	HTML 5				
	Encodage	Parfait. Votre charset est UTF-8.				
	Validité W3C	Erreurs : 0 Avertissements : 0				
	E-mail confidentialité	Génial, aucune adresse e-mail n'a été trouvé sous forme de texte!				
	HTML obsolètes	<table><thead><tr><th>Tags obsolètes</th><th>Occurrences</th></tr></thead><tbody><tr><td><u></td><td>1</td></tr></tbody></table> <p>Les balises HTML obsolètes sont des balises qui ne sont plus utilisés. Il est recommandé de supprimer ou de remplacer ces balises HTML, car elles sont désormais obsolètes.</p>	Tags obsolètes	Occurrences	<u>	1
Tags obsolètes	Occurrences					
<u>	1					
	Astuces vitesse	<ul style="list-style-type: none"> Excellent, votre site n'utilise pas de tableaux imbriqués. Mauvais, votre site web utilise des styles css inline.				

Document

- ✖ Mauvais, votre site web contient trop de fichiers CSS (plus de 4).
- ✖ Mauvais, votre site web contient trop de fichiers javascript (plus de 6).
- ✖ Dommage, votre site n'est pas optimisé avec gzip.

Mobile



Optimisation mobile

- ✔ Icône Apple
- ✔ Méta tags viewport
- ✔ Contenu FLASH

Optimisation



Sitemap XML

Votre site web dispose d'une sitemap XML, ce qui est optimal.

<http://mettersinforma.it/sitemap.xml>



Robots.txt

<http://mettersinforma.it/robots.txt>

Votre site dispose d'un fichier robots.txt, ce qui est optimal.



Mesures d'audience

Manquant

Nous n'avons trouvé aucun outil d'analytics sur ce site.

Un outil de mesure d'audience vous permet d'analyser l'activité des visiteurs sur votre site. Vous devriez installer au moins un outil Analytics. Il est souvent utile d'en rajouter un second, afin de confirmer les résultats du premier.