



Avaliação do site fernandopolhf.fitnell.com

Gerado a 19 de Maio de 2025 17:12 PM

O resultado é de 46/100



Conteúdo SEO

	Título	New blog fernandopolhf.fitnell.com - homepage Cumprimento : 45 Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.												
	Descrição	Cumprimento : 0 Mau. Não encontrámos nenhuma Descrição META na sua página.												
	Palavras-chave	Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.												
	Propriedades Og Meta	Esta página não tira vantagens das propriedades Og.												
	Cabeçalhos	<table><tr><td>H1</td><td>H2</td><td>H3</td><td>H4</td><td>H5</td><td>H6</td></tr><tr><td>0</td><td>6</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr></table>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	0	6	0	0	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
0	6	0	0	0	0									
	Imagens	Encontrámos 0 imagens nesta página. Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.												
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 13% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar mais conteúdos em forma de texto.												
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.												
	Iframe	Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página.												

Conteúdo SEO

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Perfeito. As ligações aparentam ser limpas!
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Perfeito. Não foram encontrados 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 29 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 89.66% Ligações internas 10.34%

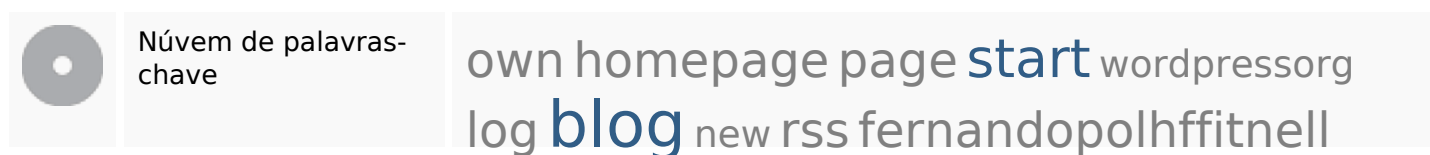
Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Skip to content	Internas	Passa sumo
fernandopolhf.fitnell.com	Internas	Passa sumo
1	Externas	Passa sumo
2	Externas	Passa sumo
3	Externas	Passa sumo
4	Externas	Passa sumo
5	Externas	Passa sumo
6	Externas	Passa sumo
7	Externas	Passa sumo
8	Externas	Passa sumo
9	Externas	Passa sumo
10	Externas	Passa sumo
11	Externas	Passa sumo
12	Externas	Passa sumo

Ligações para a própria página

13	Externas	Passa sumo
14	Externas	Passa sumo
15	Externas	Passa sumo
Log in	Externas	Passa sumo
Start page	Externas	Passa sumo
Start your own blog	Externas	Passa sumo
Report this page	Externas	Passa sumo
Blog	Internas	Passa sumo
1	Externas	Passa sumo
2	Externas	Passa sumo
3	Externas	Passa sumo
4	Externas	Passa sumo
5	Externas	Passa sumo
forum	Externas	Passa sumo
Contact Us	Externas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
blog	5	✓	✗	✗	✗
start	3	✗	✗	✗	✗

Consistência das Palavras-chave

fernandopolhfitne ll	2	✗	✗	✗	✗
homepage	2	✓	✗	✗	✗
own	2	✗	✗	✗	✗

Usabilidade

	Url	Domínio : fernandopolhf.fitnell.com Cumprimento : 25
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontrámos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é en.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.

Documento

	Tipo de Documento	HTML 5
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 0 Avisos : 0
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!
	HTML obsoleto	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.

Documento

	Dicas de Velocidade	✓ Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.
		✗ Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.
		✓ Boa, o site usa poucos ficheiros CSS.
		✓ Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript.
		✗ Atenção, o site não tira vantagem da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	✗ Icon Apple
		✓ Meta Viewport Tag
		✓ Conteúdo Flash

Otimização

	XML Sitemap	Em falta O site não tem um mapa XML do site (sitemap) - isto pode ser problemático. Um mapa do site identifica todas as URLs que estão disponíveis para rastreio, incluindo informação acerca de atualizações, frequência de alterações ou a importância de cada URL. Isto contribui para uma maior inteligência e eficiência do rastreio.
	Robots.txt	http://fernandopolhf.fitnell.com/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	Em falta Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade. Este tipo de ferramentas (como por exemplo o Google Analytics) permite perceber o comportamento dos visitantes e o tipo de atividade que fazem. No mínimo, uma ferramenta deve estar instalada, sendo que em algumas situações mais do que uma pode ser útil.

Otimização