



# Avaliação do site howtoimprovememory.org

Gerado a 03 de Março de 2026 06:08 AM

O resultado é de 62/100







## Conteúdo SEO

	<p>Título</p>	<p>How to Improve Memory: Top Tips for 2025</p> <p><b>Cumprimento : 40</b></p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>												
	<p>Descrição</p>	<p>Learn how to improve memory, focus, and recall with exercises, games, and tips for adults, kids, and ADHD. Boost short-term and long-term memory today!</p> <p><b>Cumprimento : 151</b></p> <p>Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.</p>												
	<p>Palavras-chave</p>	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>												
	<p>Propriedades Og Meta</p>	<p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table border="1" data-bbox="539 1301 1481 1715"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>How to Improve Memory: Top Tips for 2025</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Learn how to improve memory, focus, and recall with exercises, games, and tips for adults, kids, and ADHD. Boost short-term and long-term memory today!</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> </tbody> </table>	Propriedade	Conteúdo	title	How to Improve Memory: Top Tips for 2025	description	Learn how to improve memory, focus, and recall with exercises, games, and tips for adults, kids, and ADHD. Boost short-term and long-term memory today!	type	website				
Propriedade	Conteúdo													
title	How to Improve Memory: Top Tips for 2025													
description	Learn how to improve memory, focus, and recall with exercises, games, and tips for adults, kids, and ADHD. Boost short-term and long-term memory today!													
type	website													
	<p>Cabeçalhos</p>	<table border="1" data-bbox="539 1742 1481 1816"> <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>9</td> <td>22</td> <td>8</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="616 1845 1497 2078" style="list-style-type: none"> <li>• [H1] How to Improve Your Memory for Better Cognitive Health?</li> <li>• [H2] Jamie Wells</li> <li>• [H2] Introduction</li> <li>• [H2] Why Memory Improvement Matters</li> <li>• [H2] Top Strategies to Improve Memory</li> <li>• [H2] Memory Improvement for Specific Needs</li> <li>• [H2] Free and Accessible Memory Improvement Tools</li> </ul>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	9	22	8	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	9	22	8	0	0									

## Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none"><li>• [H2] How to Implement Memory Improvement Techniques</li><li>• [H2] FAQ - Common Questions About Memory Improvement</li><li>• [H2] Conclusion</li><li>• [H3] About the Author:</li><li>• [H3] Connect with Jamie</li><li>• [H3] Remember and repeat (but space it out)</li><li>• [H3] Use tools, but use them the right way</li><li>• [H3] Concept maps</li><li>• [H3] Self-testing beats passive review</li><li>• [H3] Study groups can help, but only if you participate</li><li>• [H3] Mix up your subjects</li><li>• [H3] Check in with yourself</li><li>• [H3] For ADHD</li><li>• [H3] For Kids</li><li>• [H3] For Studying: Mnemonics, Repetition, and Retrieval</li><li>• [H3] For Physical Tasks</li><li>• [H3] Free Online Games That Actually Help</li><li>• [H3] Apps for Kids with ADHD or Working Memory Struggles</li><li>• [H3] Printable Worksheets and DIY Games for Home</li><li>• [H3] Start Small and Stay Consistent</li><li>• [H3] Practice in Layers</li><li>• [H3] Use Tools to Stay Organized</li><li>• [H3] Make Sleep and Diet a Priority</li><li>• [H3] Track Progress and Adjust</li><li>• [H3] Avoid Overload</li><li>• [H4] How can I improve my memory?</li><li>• [H4] How to improve short-term memory?</li><li>• [H4] What are ways to improve memory for studying?</li><li>• [H4] How to improve memory with ADHD?</li><li>• [H4] How to improve working memory in kids?</li><li>• [H4] Do memory games really help?</li><li>• [H4] How to improve long-term memory?</li><li>• [H4] What are good exercises for visual memory?</li></ul>
	Imagens	Encontrámos 7 imagens nesta página.  Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : <b>72%</b>  O rácio de texto para código HTML desta página é maior que 70 por cento, o que significa que existe um risco elevado de ser considerada SPAM.
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.
	Iframe	Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página.

## 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 13 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 30.77% Ligações internas 69.23%

## Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
<a href="#">Author</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Basics</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Why</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Strategies</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Specific</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Tools</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Implement</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">FAQ</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">LinkedIn</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">how to improve memory and concentration</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Attention Games</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Logic Games</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">brain games</a>	Externas	Passa sumo

## Palavras-chave SEO

Núvem de palavras-chave	how tools improve games even brain like recall
-------------------------	--

## Palavras-chave SEO



help **memory**

### Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
memory	93	✓	✗	✓	✓
like	48	✗	✗	✗	✗
games	43	✗	✗	✓	✓
brain	31	✗	✗	✗	✗
how	29	✓	✗	✓	✓










### Usabilidade

	Url	Domínio : howtoimprovememory.org Cumprimento : 22
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos 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.




## Documento

	Validação W3C	Erros : 0 Avisos : 0				
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!				
	HTML obsoleto	<table><thead><tr><th>Etiquetas obsoletas</th><th>Ocorrências</th></tr></thead><tbody><tr><td>&lt;u&gt;</td><td>1</td></tr></tbody></table> <p>Etiquetas HTML obsoletas são etiquetas que já não são usadas segundo as normas mais recentes. É recomendado que sejam removidas ou substituídas por outras etiquetas atualizadas.</p>	Etiquetas obsoletas	Ocorrências	<u>	1
Etiquetas obsoletas	Ocorrências					
<u>	1					
	Dicas de Velocidade	<ul style="list-style-type: none"><li> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</li><li> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</li><li> Boa, o site usa poucos ficheiros CSS.</li><li> Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript.</li><li> Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</li></ul>				

## Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<ul style="list-style-type: none"><li> Icon Apple</li><li> Meta Viewport Tag</li><li> Conteúdo Flash</li></ul>
---	-------------------------------------	---

## Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). <a href="https://howtoimprovememory.org/sitemap.xml">https://howtoimprovememory.org/sitemap.xml</a>
	Robots.txt	<a href="http://howtoimprovememory.org/robots.txt">http://howtoimprovememory.org/robots.txt</a> 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)

## Otimização

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.