



Avaliação do site adult-adhdsymptoms.com

Gerado a 03 de Março de 2026 06:16 AM





O resultado é de 75/100







Conteúdo SEO

	Título	<p>Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide</p> <p>Cumprimento : 48</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>												
	Descrição	<p>Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.</p> <p>Cumprimento : 157</p> <p>Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.</p>												
	Palavras-chave	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>												
	Propriedades Og Meta	<p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table border="1" data-bbox="539 1301 1481 1742"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> </tbody> </table>	Propriedade	Conteúdo	title	Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide	description	Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.	type	website				
Propriedade	Conteúdo													
title	Adult ADHD Symptoms in Men and Women: Full Guide													
description	Discover the key symptoms of adult ADHD in men and women. Learn how ADHD shows up differently in adults, common signs, and what to do if you notice symptoms.													
type	website													
	Cabeçalhos	<table border="1" data-bbox="539 1778 1481 1850"> <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>10</td> <td>1</td> <td>8</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="616 1883 1254 2078" style="list-style-type: none"> • [H1] Adult ADHD Symptoms: Men vs. Women • [H2] Introduction • [H2] What Is Adult ADHD? • [H2] General Symptoms of Adult ADHD • [H2] ADHD Symptoms in Adult Women • [H2] ADHD Symptoms in Adult Men 	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	10	1	8	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	10	1	8	0	0									

Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H2] Emotional and Behavioral Symptoms• [H2] Signs of Adult ADHD in Daily Life• [H2] Adult ADHD in Women vs. Men: Key Differences• [H2] Adult ADHD Diagnosis and Next Steps• [H2] FAQ• [H3] Dana Morales• [H4] About the Author• [H4] Connect with Dana• [H4] What are the first signs of adult ADHD?• [H4] Do symptoms of ADHD differ in men and women?• [H4] Can ADHD start in adulthood (adult-onset ADHD)?• [H4] How is adult ADHD diagnosed?• [H4] What are common emotional symptoms of adult ADHD?• [H4] Can untreated ADHD get worse with age?
	Imagens	Encontrámos 10 imagens nesta página. Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 61% Ideal! O rácio de texto para código HTML desta página está entre 25 e 70 por cento.
	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 10 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 0% Ligações internas 100%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Introduction	Internas	Passa sumo
Symptoms	Internas	Passa sumo
Emotional	Internas	Passa sumo
Daily Life	Internas	Passa sumo
Differences	Internas	Passa sumo
Diagnosis	Internas	Passa sumo
FAQ	Internas	Passa sumo
What Is	Internas	Passa sumo
Women	Internas	Passa sumo
Men	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

emotional **adult adhd** men women missed
restlessness **symptoms** work time






Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
adhd	35	✓	✗	✓	✓
adult	30	✓	✗	✓	✓
symptoms	23	✓	✗	✓	✓
women	16	✓	✗	✓	✓
restlessness	12	✗	✗	✗	✗












Usabilidade

Url	Domínio : adult-adhdsymptoms.com Cumprimento : 22
-----	--

Usabilidade

		
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Ótimo! 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.
	Dicas de Velocidade	<ul style="list-style-type: none"> Atenção! Existem tabelas dentro de outras tabelas em HTML. Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML. Boa, o site usa poucos ficheiros CSS. Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript. Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

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

Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). <code>https://adult-adhdsymptoms.com/sitemap.xml</code>
	Robots.txt	<code>http://adult-adhdsymptoms.com/robots.txt</code> 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.