



Avaliação do site impulsebraintraining.com

Gerado a 03 de Março de 2026 05:51 AM




O resultado é de 76/100





Conteúdo SEO

	<p>Título</p>	<p>Impulse Brain Training: Science-Backed Cognitive Workouts</p> <p>Cumprimento : 57</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>												
	<p>Descrição</p>	<p>Looking for fast, effective brain training? Impulse-style exercises target attention, impulse control, and mental agility through quick, challenging games.</p> <p>Cumprimento : 155</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 1742"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>Impulse Brain Training: Science-Backed Cognitive Workouts</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Looking for fast, effective brain training? Impulse-style exercises target attention, impulse control, and mental agility through quick, challenging games.</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> </tbody> </table>	Propriedade	Conteúdo	title	Impulse Brain Training: Science-Backed Cognitive Workouts	description	Looking for fast, effective brain training? Impulse-style exercises target attention, impulse control, and mental agility through quick, challenging games.	type	website				
Propriedade	Conteúdo													
title	Impulse Brain Training: Science-Backed Cognitive Workouts													
description	Looking for fast, effective brain training? Impulse-style exercises target attention, impulse control, and mental agility through quick, challenging games.													
type	website													
	<p>Cabeçalhos</p>	<table border="1" data-bbox="539 1776 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>8</td> <td>2</td> <td>19</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="616 1879 1501 2078" style="list-style-type: none"> • [H1] Impulse Brain Training - Boost Focus & Memory in Minutes a Day • [H2] Lena Torres • [H2] Why I Got Interested in Impulse Brain Training • [H2] What is Impulse Brain Training? • [H2] 5-Minute Impulse Workout Routine 	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	8	2	19	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	8	2	19	0	0									



Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H2] The Science Behind Impulse Training• [H2] Best Impulse Training Apps• [H2] FAQ• [H2] Final Recommendation• [H3] Best Impulse Control Brain Games• [H3] Pro Training Tips• [H4] About the author• [H4] Connect with Lena:• [H4] Response inhibition• [H4] Working memory• [H4] Cognitive flexibility• [H4] Attention control• [H4] Stroop task:• [H4] Go/No-Go• [H4] N-Back task• [H4] Flanker test• [H4] Quick math race• [H4] How is impulse training different from regular brain games?• [H4] Can it help with ADHD?• [H4] How quickly will I see results?• [H4] Is there an age limit for this training?• [H4] Which exercise is best for quick reactions?• [H4] Can I overtrain my brain?• [H4] Do I need special equipment?• [H4] How does this compare to meditation?
	Imagens	Encontrámos 6 imagens nesta página. Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 57% 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 SEO

	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 8 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 25% Ligações internas 75%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Interest	Internas	Passa sumo
Training	Internas	Passa sumo
Routine	Internas	Passa sumo
Science	Internas	Passa sumo
Apps	Internas	Passa sumo
FAQ	Internas	Passa sumo
Impulse Brain Training app	Externas	Passa sumo
improves focus and flexibility	Externas	Passa sumo

Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	training apps brain test impulse time control focus attention best
--	-------------------------	--






Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
training	31	✓	✗	✓	✓
impulse	28	✓	✗	✓	✓
brain	27	✓	✗	✓	✓







Consistência das Palavras-chave

test	10	✘	✘	✘	✔
control	9	✘	✘	✔	✔

Usabilidade

	Url	Domínio : impulsebraintraining.com Cumprimento : 24
	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.
	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">✔ 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.

Documento

- ✓ Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript.
- ✓ Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

Dispositivos Móveis



Otimização para dispositivos móveis

- ✓ Icon Apple
- ✓ Meta Viewport Tag
- ✓ Conteúdo Flash

Otimização



XML Sitemap

Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).

<https://impulsebraintraining.com/sitemap.xml>



Robots.txt

<http://impulsebraintraining.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.