








Avaliação do site sushruthospital.net

Gerado a 03 de Março de 2026 07:37 AM





O resultado é de 58/100







Conteúdo SEO

	<p>Título</p>	<p>Useful Digital Habits That Bring Focus, Care, and Meaning to Daily Life</p> <p>Cumprimento : 71</p> <p>Idealmente, o Título deve conter entre 10 e 70 caracteres (incluindo espaços).</p>												
	<p>Descrição</p>	<p>Build practical digital habits that support curiosity, attention, safety, and well-being. Learn how smart tools help you in daily life —without distraction or overload.</p> <p>Cumprimento : 168</p> <p>Idealmente, a Descrição META deve conter entre 70 e 160 caracteres (incluindo espaços).</p>												
	<p>Palavras-chave</p>	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>												
	<p>Propriedades Og Meta</p>	<p>Esta página não tira vantagens das propriedades Og.</p>												
	<p>Cabeçalhos</p>	<table border="1" data-bbox="544 1435 1477 1503"> <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>11</td> <td>3</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="616 1536 1501 2067" style="list-style-type: none"> • [H1] Useful Habits for the Modern Man to Make Life Better • [H2] Habit №1: Learn to Recognize Value with Coin ID Scanner • [H2] Habit №2: Care About the People You Love with Number Tracker • [H2] Habit №3: Get Curious About Nature with Plant Finder • [H2] Habit №4: Train Your Brain Daily with Mind Elevate • [H2] Habit №5: Plan a Tattoo with AI Tattoo Art Studio • [H2] Habit №6: Write, Learn, and Solve Faster with AI Chat Bot & Virtual Helper • [H2] Habit №7: Track Health Consistently with Heart Pulse Monitor - Health Log • [H2] Habit №8: Keep Your Connection Private with VPN Security - Secure Shield • [H2] Habit №9: Make Speed and Privacy Predictable with VPN Fast Proxy VON • [H2] Small Steps - Big Changes 	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	11	3	0	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	11	3	0	0	0									

Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H2] More articles• [H3] The Ultimate Guide to Orthopedic Care: Everything You Need to Know• [H3] Location Tracking Apps in Orthopedic Care: Main Questions• [H3] Custom Vs. Over-the-Counter Orthopedic Braces: Which is Right for You?
	Imagens	Encontrámos 35 imagens nesta página. 11 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem melhor o conteúdo das suas imagens.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 36% 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 4 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
---------	------	------

Ligações para a própria página

Home	Internas	Passa sumo
Blog	Internas	Passa sumo
Pages	Internas	Passa sumo
About	Internas	Passa sumo






Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	care habits app choose coin habit orthopedic location plant more
--	-------------------------	--

Consistência das Palavras-chave












Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
care	15	✓	✗	✗	✓
orthopedic	14	✗	✗	✗	✓
app	14	✗	✗	✗	✓
habit	12	✓	✗	✓	✓
choose	10	✗	✗	✗	✗

Usabilidade





	Url	Domínio : sushruthospital.net Cumprimento : 19
	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.

Usabilidade


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. Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4). 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). https://sushruthospital.net/sitemap.xml
	Robots.txt	http://sushruthospital.net/robots.txt

Otimização

		Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	<p>Em falta</p> <p>Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade.</p> <p>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.</p>