

# Avaliação do site impulsebraintraining.com

Gerado a 19 de Janeiro de 2026 16:36 PM





O resultado é de 76/100





## Conteúdo SEO

	Título	Impulse Brain Training: Science-Backed Cognitive Workouts																	
		<b>Cumprimento : 57</b>																	
		Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.																	
	Descrição	Looking for fast, effective brain training? Impulse-style exercises target attention, impulse control, and mental agility through quick, challenging games.																	
		<b>Cumprimento : 155</b>																	
		Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.																	
	Palavras-chave	Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.																	
	Propriedades Og Meta	Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.																	
		<table><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr><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></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																		
	Cabeçalhos	<table><tr><td><b>H1</b></td><td><b>H2</b></td><td><b>H3</b></td><td><b>H4</b></td><td><b>H5</b></td><td><b>H6</b></td></tr><tr><td>1</td><td>8</td><td>2</td><td>19</td><td>0</td><td>0</td></tr></table>	<b>H1</b>	<b>H2</b>	<b>H3</b>	<b>H4</b>	<b>H5</b>	<b>H6</b>	1	8	2	19	0	0	<ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Impulse Brain Training – Boost Focus &amp; Memory in Minutes a Day</li><li>• [H2] Lena Torres</li><li>• [H2] Why I Got Interested in Impulse Brain Training</li><li>• [H2] What is Impulse Brain Training?</li><li>• [H2] 5-Minute Impulse Workout Routine</li></ul>				
<b>H1</b>	<b>H2</b>	<b>H3</b>	<b>H4</b>	<b>H5</b>	<b>H6</b>														
1	8	2	19	0	0														

## Conteúdo SEO

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

## Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

impulse just best test time apps focus  
brain control training

## Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
training	31	✓	✗	✓	✓
impulse	28	✓	✗	✓	✓
brain	27	✓	✗	✓	✓
test	10	✗	✗	✗	✓

## Consistência das Palavras-chave

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	<div> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</div> <div> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</div> <div> Boa, o site usa poucos ficheiros CSS.</div> <div> Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript.</div>

## Documento

✔ 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.