








Avaliação do site isthebrainamuscle.com

Gerado a 19 de Janeiro de 2026 17:38 PM

O resultado é de 73/100






Conteúdo SEO

	Título	<p>Is the Brain a Muscle or an Organ? Facts Explained</p> <p>Cumprimento : 50</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>												
	Descrição	<p>Is the brain a muscle or an organ? Discover what science says, why people compare the brain to a muscle, and how mental exercise keeps it strong.</p> <p>Cumprimento : 145</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><thead><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr></thead><tbody><tr><td>title</td><td>Is the Brain a Muscle or an Organ? Facts Explained</td></tr><tr><td>description</td><td>Is the brain a muscle or an organ? Discover what science says, why people compare the brain to a muscle, and how mental exercise keeps it strong.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></tbody></table>	Propriedade	Conteúdo	title	Is the Brain a Muscle or an Organ? Facts Explained	description	Is the brain a muscle or an organ? Discover what science says, why people compare the brain to a muscle, and how mental exercise keeps it strong.	type	website				
Propriedade	Conteúdo													
title	Is the Brain a Muscle or an Organ? Facts Explained													
description	Is the brain a muscle or an organ? Discover what science says, why people compare the brain to a muscle, and how mental exercise keeps it strong.													
type	website													
	Cabeçalhos	<table><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>7</td><td>8</td><td>10</td><td>0</td><td>0</td></tr></tbody></table> <ul style="list-style-type: none">• [H1] Is the Brain an Organ or a Muscle? Understanding the Facts• [H2] Introduction• [H2] Is the Brain a Muscle or an Organ?• [H2] Why Do People Say the Brain Is a Muscle?• [H2] Key Differences	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	7	8	10	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	7	8	10	0	0									

Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H2] How to Keep It Healthy and Strong• [H2] Conclusion• [H2] FAQ• [H3] Theo Cooper• [H3] Composition• [H3] Function• [H3] Development• [H3] Stay mentally active• [H3] Exercise regularly• [H3] Maintain a balanced diet• [H3] Prioritize good sleep and stress management• [H4] About the Author• [H4] Connect with Theo• [H4] Is the brain actually a muscle?• [H4] Is the brain considered a muscle?• [H4] Why do people say the brain is like a muscle?• [H4] How is it similar to a muscle?• [H4] Is the brain made of fat or muscle?• [H4] Can the brain get stronger like a muscle?• [H4] Is the brain a muscle true or false?• [H4] How can you exercise your brain?
	Imagens	Encontrámos 7 imagens nesta página. Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 58% 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 5 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0%

Ligações SEO



Ligações externas : Passa sumo 0%

Ligações internas 100%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Introduction	Internas	Passa sumo
The Brain	Internas	Passa sumo
Differences	Internas	Passa sumo
Keep Healthy	Internas	Passa sumo
FAQ	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

brain organ exercise learning from muscles cells
like muscle new

Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
brain	47	✓	✗	✓	✓
muscle	34	✓	✗	✓	✓
like	19	✗	✗	✗	✓
cells	14	✗	✗	✗	✗
exercise	13	✗	✗	✓	✓





Usabilidade














Url

Domínio : isthebrainamuscle.com
Cumprimento : 21



Usabilidade

	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> <div> Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</div>

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<div> Icon Apple</div> <div></div> <div></div>
--	-------------------------------------	---

Dispositivos Móveis

- ✓ Meta Viewport Tag
- ✓ Conteúdo Flash

Otimização

✓	XML Sitemap	<p>Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).</p> <p>https://isthebrainamuscle.com/sitemap.xml</p>
✓	Robots.txt	<p>http://isthebrainamuscle.com/robots.txt</p> <p>Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.</p>
✗	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>