



# Avaliação do site signs-ofdepression.com

Gerado a 05 de Março de 2026 12:03 PM

O resultado é de 66/100



## Conteúdo SEO

|    | Título                                                                                                                                                                            | <div>Signs of Depression: Early, Physical, and Emotional Symptoms in Men, Women, and Teens</div> <div>Cumprimento : 85</div> <div>Idealmente, o Título deve conter entre 10 e 70 caracteres (incluindo espaços).</div>                                                                                                                                                                                                                                                                 |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------|-------|--------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------|
|  | Descrição                                                                                                                                                                         | <div>Learn the common signs of depression, from early and physical symptoms to high-functioning and seasonal depression. Discover warning signs in women, men, teens, and the elderly.</div> <div>Cumprimento : 177</div> <div>Idealmente, a Descrição META deve conter entre 70 e 160 caracteres (incluindo espaços).</div>                                                                                                                                                           |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
|  | Palavras-chave                                                                                                                                                                    | <div>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
|  | Propriedades Og Meta                                                                                                                                                              | <div>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</div> <table><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr><tr><td>title</td><td>Signs of Depression: Early, Physical, and Emotional Symptoms</td></tr><tr><td>description</td><td>Learn the common signs of depression, from early and physical symptoms to high-functioning and seasonal depression. Discover warning signs in women, men, teens, and the elderly.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></table> | Propriedade | Conteúdo | title | Signs of Depression: Early, Physical, and Emotional Symptoms | description | Learn the common signs of depression, from early and physical symptoms to high-functioning and seasonal depression. Discover warning signs in women, men, teens, and the elderly. | type | website |
| Propriedade                                                                        | Conteúdo                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
| title                                                                              | Signs of Depression: Early, Physical, and Emotional Symptoms                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
| description                                                                        | Learn the common signs of depression, from early and physical symptoms to high-functioning and seasonal depression. Discover warning signs in women, men, teens, and the elderly. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
| type                                                                               | website                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |          |       |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |
|                                                                                    | Cabeçalhos                                                                                                                                                                        | <table><tr><td>H1</td><td>H2</td><td>H3</td><td>H4</td><td>H5</td><td>H6</td></tr></table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | H1          | H2       | H3    | H4                                                           | H5          | H6                                                                                                                                                                                |      |         |
| H1                                                                                 | H2                                                                                                                                                                                | H3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | H4          | H5       | H6    |                                                              |             |                                                                                                                                                                                   |      |         |

## Conteúdo SEO

|                                                                                    |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                  | 11011900                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                    |                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Signs of Depression: Early, Physical, and Emotional Symptoms</li><li>• [H2] Introduction</li><li>• [H2] What Are the Signs of Depression?</li><li>• [H2] Early Signs of Depression</li><li>• [H2] Physical Signs of Depression</li><li>• [H2] Emotional and Behavioral Signs</li><li>• [H2] Signs of Depression in Different Groups</li><li>• [H2] Types of Depression and Their Signs</li><li>• [H2] When to Seek Help</li><li>• [H2] Conclusion</li><li>• [H2] FAQ</li><li>• [H3] Lina Patel</li><li>• [H3] Women</li><li>• [H3] Men</li><li>• [H3] Teens and young adults</li><li>• [H3] Children</li><li>• [H3] Elderly</li><li>• [H3] Postpartum depression (PPD)</li><li>• [H3] Seasonal depression</li><li>• [H3] Bipolar depression</li><li>• [H3] High-functioning depression</li><li>• [H3] Clinical (major) depression</li><li>• [H4] About the Author</li><li>• [H4] What are the first signs of depression?</li><li>• [H4] What are the physical symptoms of depression?</li><li>• [H4] How do signs of depression differ in men and women?</li><li>• [H4] What are the signs of high-functioning depression?</li><li>• [H4] What are the warning signs of teen depression?</li><li>• [H4] How can you recognize postpartum depression?</li><li>• [H4] What are the signs of seasonal depression?</li><li>• [H4] When should someone seek professional help for depression?</li></ul> |
|  | Imagens          | Encontrámos 9 imagens nesta página.<br><br>Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|  | Rácio Texto/HTML | Rácio : 67%<br><br>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 6 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros                                           |
|  | Statistics                               | <p>Ligações externas : noFollow 0%</p> <p>Ligações externas : Passa sumo 0%</p> <p>Ligações internas 100%</p> |

## Ligações para a própria página

| Âncoras                      | Tipo     | Sumo       |
|------------------------------|----------|------------|
| <a href="#">Introduction</a> | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">Signs</a>        | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">Groups</a>       | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">Types</a>        | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">Help</a>         | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">FAQ</a>          | Internas | Passa sumo |

## Palavras-chave SEO

|                                                                                    |                         |                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Núvem de palavras-chave | <p>mood more changes thoughts <b>depression</b></p> <p>low <b>sleep</b> help sadness <b>signs</b></p> |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Consistência das Palavras-chave

| Palavra-chave | Conteúdo | Título | Palavras-chave | Descrição | Cabeçalhos |
|---------------|----------|--------|----------------|-----------|------------|
| depression    | 57       | ✓      | ✗              | ✓         | ✓          |
| signs         | 41       | ✓      | ✗              | ✓         | ✓          |

## Consistência das Palavras-chave

|       |    |   |   |   |   |
|-------|----|---|---|---|---|
| sleep | 25 | × | × | × | × |
| more  | 21 | × | × | × | × |
| mood  | 20 | × | × | × | × |

## Usabilidade

|                                                                                   |                         |                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------|
|   | Url                     | Domínio : signs-ofdepression.com<br>Cumprimento : 22 |
|   | Favicon                 | Ótimo, o site tem um favicon.                        |
|   | Facilidade de Impressão | Não encontrámos 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 : 2<br>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> |

## 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).

<http://signs-ofdepression.com/sitemap.xml>



Robots.txt

<http://signs-ofdepression.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.