

Dispositivos Móveis



41 / 100 Velocidade

! Deve corrigir:

Aproveitar cache do navegador

A definição de uma data de validade ou de uma idade máxima nos cabeçalhos de HTTP para recursos estáticos instrui o navegador a carregar os recursos transferidos anteriormente a partir do disco local e não por meio da rede.

[Aproveite o cache do navegador](#) para os seguintes recursos que podem ser armazenados em cache:

- https://c.sharethis.mgr.consensu.org/v1.0/cmp/get_consent (expiração não especificada)
- <https://buttons-config.sharethis.com/js/5b0ed5bf43a707001159fe15.js> (60 segundos)
- https://connect.facebook.net/pt_BR/sdk.js (20 minutos)
- <https://pagead2.googlesyndication.com/pagead/js/adsbygoogle.js> (60 minutos)
- <https://platform-api.sharethis.com/js/sharethis.js> (60 minutos)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 horas)

Dispositivos Móveis

- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/css/styles.css?ver=5.0.2> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/js/scripts.js?ver=5.0.2> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/q2w3-fixed-widget/js/q2w3-fixed-widget.min.js?ver=5.1.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/sharethis-share-buttons/css/mu-style.css?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-layout.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-smallscreen.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/add-to-cart.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/cart-fragments.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/woocommerce.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/jquery-blockui/jquery.blockUI.min.js?ver=2.70> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/js-cookie/js.cookie.min.js?ver=2.1.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/includes/font-awesome.min.css> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/js/scripts.js?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Alimentos-Que-Fazem-o-Cabelo-Crescer-Mais-R%C3%A1pido-s%C3%A3o-variados-e-muito-eficazes-no-processo-de-crescimento-do-Cabelo..jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Dieta-Dukan-2018.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/alimentos-crescer-cabelo.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/alopecia-1024x576.jpg> (4 horas)

Dispositivos Móveis

- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/dieta-4-dias.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dia-dos-namorados-2018-dietas-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dieta-dos-namorados-2018-600x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/polifen%C3%B3ispolifen%C3%B3ispdfpolifen%C3%B3is-frutaspolifen%C3%B3is-antioxidantes-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/wp-embed.min.js?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/wp-emoji-release.min.js?ver=4.9.6> (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQAbQDRpZnyhkcbN&w=284&h=149&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_place_holder_publisher&_nc_hash=AQBsZlsb9k1VnjX4 (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQBE6PzI1nKOMiDW&w=600&h=600&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&_nc_hash=AQAHGMAyXTT4OLXs (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQANHEESirgHUO5r&w=284&h=149&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F05%2Fflolo.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_placeholder_publisher&_nc_hash=AQAbFCzewTaMwRaV (6 horas)

Eliminar JavaScript e CSS de bloqueio de renderização no conteúdo acima da borda

Sua página tem 5 recursos de script de bloqueio e 9 recursos de CSS de bloqueio. Isso causa um atraso na renderização de sua página.

Nenhuma parte do conteúdo acima da dobra em sua página seria renderizado sem aguardar o carregamento dos seguintes recursos. Tente adiar ou carregar de maneira assíncrona os recursos de bloqueio, ou incorpore in-line as partes fundamentais desses recursos diretamente ao HTML.

[Remova o JavaScript de bloqueio de renderização:](#)

- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4>

Dispositivos Móveis

- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1>
- <https://platform-api.sharethis.com/js/sharethis.js>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/js/scripts.js?ver=4.9.6>
- <https://cdnjs.cloudflare.com/ajax/libs/cookieconsent2/3.0.3/cookieconsent.min.js>

[Otimizar a exibição de CSS](#) dos seguintes itens:

- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/css/styles.css?ver=5.0.2>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/sharethis-share-buttons/css/mu-style.css?ver=4.9.6>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-layout.css?ver=3.4.0>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-smallscreen.css?ver=3.4.0>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce.css?ver=3.4.0>
- <https://fonts.googleapis.com/css?family=Open+Sans:300,400,400italic,600,700>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/includes/font-awesome.min.css>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6>
- <https://cdnjs.cloudflare.com/ajax/libs/cookieconsent2/3.0.3/cookieconsent.min.css>

Otimizar imagens

Formatar e compactar corretamente imagens pode economizar muitos bytes de dados.

[Otimizar as seguintes imagens](#) para diminuir o tamanho em 250,9 KiB (51% de redução).

- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/dieta-4-dias.jpg> pouparia 159,5 KiB (76% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Alimentos-Que-Fazem-o-Cabelo-Crescer-Mais-R%C3%A1pido-s%C3%A3o-variados-e-muito-eficazes-no-processo-de-crescimento-do-Cabelo..jpg> pouparia 32,5 KiB (38% de redução).

Dispositivos Móveis

- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Dieta-Dukan-2018.jpg> pouparia 29,4 KiB (38% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/polifen%C3%B3is-pdflifen%C3%B3is-frutaspolifen%C3%B3is-antioxidantes-610x343.jpg> pouparia 21,9 KiB (28% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dia-dos-namorados-2018-dietas-610x343.jpg> pouparia 6,8 KiB (23% de redução).
- A compactação de https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQAbQDRpZnyhkcbN&w=284&h=149&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_placeholder_publisher&_nc_hash=AQBsZIsb9k1VnJX4 pouparia 298 B (15% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yN/r/WgFKRx0VFOG.png> pouparia 279 B (22% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yI/r/THq7eyfQLlo.png> pouparia 181 B (20% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yH/r/yNvz5xtKREW.png> pouparia 109 B (20% de redução).

Considere Corrigir:

Ativar compactação

A compactação de recursos com gzip ou deflate pode reduzir o número de bytes enviados pela rede.

[Ative a compactação](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho de transferência em 339 B (51% de redução).

- A compactação de <https://buttons-config.sharethis.com/js/5b0ed5bf43a707001159fe15.js> pouparia 339 B (51% de redução).

Compactar CSS

Dispositivos Móveis

A compactação do código CSS pode economizar muitos bytes de dados e acelerar os tempos de download e de análise.

[Reduza a CSS](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho em 1 KiB (18% de redução).

- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6> pouparia 1 KiB (18% de redução) após a compactação.

Compactar JavaScript

A compactação do código JavaScript pode economizar muitos bytes de dados e acelerar os tempos de download, de análise e de execução.

[Reduza o JavaScript](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho em 787 B (16% de redução).

- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/js/scripts.js?ver=5.0.2> pouparia 672 B (17% de redução) após a compactação.
- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/js-cookie/js.cookie.min.js?ver=2.1.4> pouparia 115 B (12% de redução) após a compactação.



3 regras corretas

Evitar redirecionamentos da página de destino

Sua página não tem redirecionamentos. Saiba mais sobre [como evitar os redirecionamentos da página de destino](#).

Compactar HTML

Seu HTML está reduzido. Saiba mais sobre [como reduzir o HTML](#).

Dispositivos Móveis

Priorizar o conteúdo visível

Você tem conteúdo acima da dobra com a prioridade correta. Saiba mais sobre [como priorizar o conteúdo visível](#).

99 / 100 Experiência de utilizador

Considere Corrigir:

Tamanho apropriado dos pontos de toque

Alguns links/botões na sua página da Web são muito pequenos para que um usuário toque com facilidade no touchscreen. Pense na possibilidade de [aumentar o tamanho desses pontos de toque](#) para oferecer uma melhor experiência do usuário.

Os seguintes pontos de toque estão perto de outros pontos próximos e talvez precisem de espaço adicional ao redor deles.

- O ponto de toque `Leia Mais...` está próximo de outros 1 pontos desse tipo final.
- O ponto de toque `AnúnciosGoogle` está próximo de outros 1 pontos desse tipo.
- O ponto de toque `alimentação cabelo` e outros 4 pontos de toque estão próximos de outros pontos desse tipo.

4 regras corretas

Evitar plug-ins

Parece que sua página não usa plug-ins, o que previne o uso de conteúdos em muitas plataformas. Saiba mais sobre a importância de [evitar plug-ins](#).

Dispositivos Móveis

Configure o visor

Sua página especifica um visor que corresponde ao tamanho do dispositivo. Isso permite que ela seja exibida apropriadamente em todos os dispositivos. Saiba mais sobre a [configuração de visores](#).

Dimensionar o conteúdo para se ajustar à janela de visualização

Os conteúdos da sua página se ajustam à janela de visualização. Saiba mais sobre [como dimensionar o conteúdo para se ajustar à janela de visualização](#).

Use tamanhos de fonte legíveis

O texto na sua página é legível. Saiba mais sobre o [uso de tamanhos de fonte legíveis](#).

Desktop



72 / 100 Velocidade

! Deve corrigir:

Aproveitar cache do navegador

A definição de uma data de validade ou de uma idade máxima nos cabeçalhos de HTTP para recursos estáticos instrui o navegador a carregar os recursos transferidos anteriormente a partir do disco local e não por meio da rede.

Desktop

[Aproveite o cache do navegador](#) para os seguintes recursos que podem ser armazenados em cache:

- https://c.sharethis.mgr.consensu.org/v1.0/cmp/get_consent (expiração não especificada)
- <https://buttons-config.sharethis.com/js/5b0ed5bf43a707001159fe15.js> (60 segundos)
- https://connect.facebook.net/pt_BR/sdk.js (20 minutos)
- <https://pagead2.googlesyndication.com/pagead/js/adsbygoogle.js> (60 minutos)
- <https://platform-api.sharethis.com/js/sharethis.js> (60 minutos)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/css/styles.css?ver=5.0.2> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/js/scripts.js?ver=5.0.2> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/q2w3-fixed-widget/js/q2w3-fixed-widget.min.js?ver=5.1.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/sharethis-share-buttons/css/mu-style.css?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-layout.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-smallscreen.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce.css?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/add-to-cart.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/cart-fragments.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/frontend/woocommerce.min.js?ver=3.4.0> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/jquery-blockui/jquery.blockUI.min.js?ver=2.70> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/js-cookie/js.cookie.min.js?ver=2.1.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/includes/font-awesome.min.css> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/js/scripts.js?ver=4.9.6> (4 horas)

Desktop

horas)

- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Alimentos-Que-Fazem-o-Cabelo-Crescer-Mais-R%C3%A1pido-s%C3%A3o-variados-e-muito-eficazes-no-processo-de-crescimento-do-Cabelo.-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Dieta-Dukan-2018-600x402.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/alimentos-crescer-cabelo-600x450.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/alopecia-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/dieta-4-dias-600x450.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dia-dos-namorados-2018-dietas-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dieta-dos-namorados-2018-600x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/polifen%C3%B3is-polifen%C3%B3is-pdpolifen%C3%B3is-frutas-polifen%C3%B3is-antioxidantes-610x343.jpg> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/wp-embed.min.js?ver=4.9.6> (4 horas)
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/wp-emoji-release.min.js?ver=4.9.6> (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQAxHJPoyM7v01yb&w=228&h=119&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_placeholder_publisher&_nc_hash=AQBtM8hztWr7q4k (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQBE6Pzl1nKOMiDW&w=600&h=600&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&_nc_hash=AQAHGMAyXTT4OLXs (4 horas)
- https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQD8WJb9gxJGvueO&w=228&h=119&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F05%2FfIolo.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_placeholder_publisher&_nc_hash=AQBMTBs-rEweKgYL (4 horas)

Desktop

Eliminar JavaScript e CSS de bloqueio de renderização no conteúdo acima da borda

Sua página tem 5 recursos de script de bloqueio e 8 recursos de CSS de bloqueio. Isso causa um atraso na renderização de sua página.

Nenhuma parte do conteúdo acima da dobra em sua página seria renderizado sem aguardar o carregamento dos seguintes recursos. Tente adiar ou carregar de maneira assíncrona os recursos de bloqueio, ou incorpore in-line as partes fundamentais desses recursos diretamente ao HTML.

[Remova o JavaScript de bloqueio de renderização:](#)

- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1>
- <https://platform-api.sharethis.com/js/sharethis.js>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/js/scripts.js?ver=4.9.6>
- <https://cdnjs.cloudflare.com/ajax/libs/cookieconsent2/3.0.3/cookieconsent.min.js>

[Otimize a exibição de CSS](#) dos seguintes itens:

- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/css/styles.css?ver=5.0.2>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/sharethis-share-buttons/css/mu-style.css?ver=4.9.6>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce-layout.css?ver=3.4.0>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/css/woocommerce.css?ver=3.4.0>
- <https://fonts.googleapis.com/css?family=Open+Sans:300,400,400italic,600,700>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/includes/font-awesome.min.css>
- <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6>
- <https://cdnjs.cloudflare.com/ajax/libs/cookieconsent2/3.0.3/cookieconsent.min.css>



Considere Corrigir:

Ativar compactação

A compactação de recursos com gzip ou deflate pode reduzir o número de bytes enviados pela rede.

[Ative a compactação](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho de transferência em 339 B (51% de redução).

- A compactação de <https://buttons-config.sharethis.com/js/5b0ed5bf43a707001159fe15.js> pouparia 339 B (51% de redução).

Compactar CSS

A compactação do código CSS pode economizar muitos bytes de dados e acelerar os tempos de download e de análise.

[Reduza a CSS](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho em 1 KiB (18% de redução).

- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/themes/mh-cicero-lite/style.css?ver=4.9.6> pouparia 1 KiB (18% de redução) após a compactação.

Compactar JavaScript

A compactação do código JavaScript pode economizar muitos bytes de dados e acelerar os tempos de download, de análise e de execução.

[Reduza o JavaScript](#) para os seguintes recursos a fim de diminuir o tamanho em 787 B (16% de redução).

- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/contact-form-7/includes/js/scripts.js?ver=5.0.2> pouparia 672 B (17% de redução) após a compactação.
- Reduzir <https://dietasedicas.com.br/wp-content/plugins/woocommerce/assets/js/js->

cookie/js.cookie.min.js?ver=2.1.4 pouparia 115 B (12% de redução) após a compactação.

Otimizar imagens

Formatar e compactar corretamente imagens pode economizar muitos bytes de dados.

[Otimize as seguintes imagens](#) para diminuir o tamanho em 72,5 KiB (25% de redução).

- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/polifen%C3%B3is-polifen%C3%B3is-frutaspolifen%C3%B3is-antioxidantes-610x343.jpg> pouparia 21,9 KiB (28% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/dieta-4-dias-600x450.jpg> pouparia 18 KiB (41% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Alimentos-Que-Fazem-o-Cabelo-Crescer-Mais-R%C3%A1pido-s%C3%A3o-variados-e-muito-eficazes-no-processo-de-crescimento-do-Cabelo.-610x343.jpg> pouparia 10,7 KiB (24% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/alimentos-crescer-cabelo-600x450.jpg> pouparia 8,7 KiB (15% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/06/dia-dos-namorados-2018-dietas-610x343.jpg> pouparia 6,8 KiB (23% de redução).
- A compactação de <https://dietasedicas.com.br/wp-content/uploads/2018/05/Dieta-Dukan-2018-600x402.jpg> pouparia 5,7 KiB (15% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yN/r/WgFKRx0VFOG.png> pouparia 279 B (22% de redução).
- A compactação de https://external-mia3-1.xx.fbcdn.net/safe_image.php?d=AQAxHJPoyM7v01yb&w=228&h=119&url=https%3A%2F%2Fdietasedicas.com.br%2Fwp-content%2Fplugins%2Fall-in-one-seo-pack-pro%2Fimages%2Fdefault-user-image.png&cfs=1&upscale=1&fallback=news_d_placeholder_publisher&_nc_hash=AQBtM8hztiWr7q4k pouparia 221 B (14% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yl/r/THq7eyfQLlo.png> pouparia 181 B (20% de redução).
- A compactação de <https://static.xx.fbcdn.net/rsrc.php/v3/yH/r/yNvz5xtKREW.png> pouparia 109 B (20% de redução).

Desktop



3 regras corretas

Evitar redirecionamentos da página de destino

Sua página não tem redirecionamentos. Saiba mais sobre [como evitar os redirecionamentos da página de destino](#).

Compactar HTML

Seu HTML está reduzido. Saiba mais sobre [como reduzir o HTML](#).

Priorizar o conteúdo visível

Você tem conteúdo acima da dobra com a prioridade correta. Saiba mais sobre [como priorizar o conteúdo visível](#).