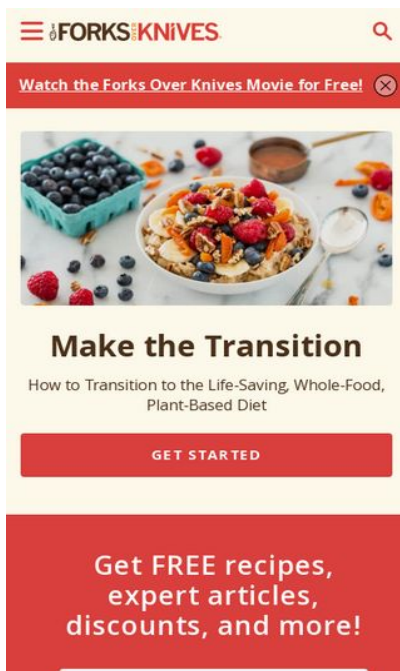


PageSpeed Insights

Movil



51 / 100 Velocidad

! Elementos que debes corregir:

Minificar JavaScript

Compactar el código JavaScript puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga, análisis y ejecución.

[Reducir JavaScript](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 133,7 KB (reducción del 50 %).

- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/public/js/vendor.js>, supondría un ahorro de 126,9 KB (reducción del 52 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/jquery.knob.min.js?ver=1.1>, supondría un ahorro de 2,2 KB (reducción del 38 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/jquery-collapse-o-matic/js/collapse.js?ver=1.6.6>, supondría un ahorro de 2 KB (reducción del 51 %) después de la compresión.

- Si se reduce https://connect.facebook.net/en_US/fbds.js, supondría un ahorro de 691 B (reducción del 33 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/main.js?ver=1.1.0>, supondría un ahorro de 516 B (reducción del 33 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-authorize-net-aim/lib/skyverge/woocommerce/payment-gateway/assets/js/frontend/sv-wc-payment-gateway-payment-form.min.js?ver=4.8.2>, supondría un ahorro de 397 B (reducción del 16 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/jquery.appear.js?ver=1.1>, supondría un ahorro de 286 B (reducción del 30 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-authorize-net-aim/assets/js/frontend/wc-authorize-net-aim.min.js?ver=3.12.1>, supondría un ahorro de 281 B (reducción del 19 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/load-more.js?ver=20171013>, supondría un ahorro de 175 B (reducción del 28 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/mealplanner-override.js?ver=20170223>, supondría un ahorro de 171 B (reducción del 16 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/gravity-forms-placeholder-support-add-on/gfplaceholderaddon.js?ver=1.0>, supondría un ahorro de 104 B (reducción del 14 %) después de la compresión.

Eliminar el JavaScript que bloquea la visualización y el CSS del contenido de la mitad superior de la página

Tu página tiene 6 recursos de secuencias de comandos y 12 recursos CSS que provocan un bloqueo. Ello causa un retraso en el procesamiento de la página.

No se ha podido visualizar el contenido de la mitad superior de la página sin tener que esperar a que se cargara alguno de los recursos. Intenta aplazar o cargar de forma asíncrona los recursos que bloquean la visualización, o bien inserta porciones críticas de dichos recursos directamente en el HTML.

[Quitar el JavaScript que bloquea la visualización de contenido:](#)

- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/google-analytics-for-wordpress/assets/js/frontend.min.js?ver=6.2.6>

- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/mailchimp-for-woocommerce/public/js/mailchimp-woocommerce-public.min.js?ver=2.1.1>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/mealplanner-override.js?ver=20170223>
- <https://use.edgefonts.net/open-sans:n3,i3,n4,i4,n6,i6,n7,i7,n8,i8.js>

[Optimizar la entrega de CSS](#) de estas URL:

- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/yet-another-related-posts-plugin/style/widget.css?ver=4.9.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/fok-ad-manager/public/css/style.css?ver=4.9.2>
- https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/jquery-collapse-omatic/light_style.css?ver=1.6
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/css/wp-review.css?ver=1.1.0>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-pagenavi/pagenavi-css.css?ver=2.70>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/style.css?ver=4.9.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-auth-orize-net-aim/lib/skyverge/woocommerce/payment-gateway/assets/css/frontend/sv-wc-payment-gateway-payment-form.min.css?ver=4.8.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/private/css/new-style-2.css>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/public/css/application.css?ver=1515516380>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/assets/components/font-awesome/css/font-awesome.css>
- <https://use.edgefonts.net/c/6b6760/1w;open-sans,2,VvG:W:i3,VvD:W:i4,VvK:W:i6,Vv9:W:i7,VvC:W:i8,VvF:W:n3,VvH:W:n4,VvJ:W:n6,Vv8:W:n7,VvB:W:n8/l>
- <https://a.mailmunch.co/app/v1/styles.css>

Optimizar imágenes

Formatear y comprimir correctamente las imágenes puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos.

[Optimizar estas imágenes](#) para reducir su tamaño en 131,4 KB (reducción del 44 %).

- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/assets/images/newhome/notable-praise.jpg>, supondría un ahorro de 21,9 KB (reducción del 41 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/fok-plan.jpg>, supondría un ahorro de 19,8 KB (reducción del 28 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/ArianFoster.jpg>, supondría un ahorro de 9,8 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/AliciaSilverstone.jpg>, supondría un ahorro de 8,5 KB (reducción del 51 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/oprahwinfrey1.jpg>, supondría un ahorro de 8,2 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/daxshepard.jpg>, supondría un ahorro de 8,1 KB (reducción del 49 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/Ariana-Grande.jpg>, supondría un ahorro de 7,9 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/katyperry1.jpg>, supondría un ahorro de 7,2 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/sanjaygupta.jpg>, supondría un ahorro de 6,3 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/JasonMraz1.jpg>, supondría un ahorro de 6 KB (reducción del 51 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/johnanderson1.jpg>, supondría un ahorro de 6 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/roger_ebert_avatar-185x185.jpg, supondría un ahorro de 5,8 KB (reducción del 43 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/michaelbaisden1.jpg>, supondría un ahorro de 5,5 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/droz1.jpg>, supondría un ahorro de 5,5 KB (reducción del 50 %).

- Si se comprime <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/markbitman.jpg>, supondría un ahorro de 5 KB (reducción del 51 %).

Elementos que puedes plantearte corregir:

Habilitar compresión

Comprimir recursos con gzip o con deflate puede reducir el número de bytes enviados a través de la red.

[Habilitar la compresión](#) de estos recursos para reducir su tamaño de transferencia en 270 B (reducción del 41 %).

- Si se comprime https://api.at.getsocial.io/api/v1/elements/status?0=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com%2F&d=mobile&o=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com&mtv=%7B%7D&id=6a0d08&arrLength=1&pvid=glHkTSk&ref=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com%2F&f=ga_integration, supondría un ahorro de 270 B (reducción del 41 %).

Aprovechar el almacenamiento en caché del navegador

Establecer una fecha de caducidad o una edad máxima en las cabeceras HTTP de los recursos estáticos indica al navegador que cargue los recursos descargados previamente del disco local en lugar de hacerlo a través de la red.

[Aprovechar el almacenamiento en caché del navegador](#) de estos recursos almacenables en caché:

- <https://scripts.kissmetrics.com/48925c26d3e75eeb806fc85f2d1a7a0b6e56db1a.2.js> (60 segundos)
- <https://static.hotjar.com/c/hotjar-94319.js?sv=5> (60 segundos)
- <https://www.googletagmanager.com/gtm.js?id=GTM-WC267H> (15 minutos)
- https://connect.facebook.net/en_US/fbds.js (20 minutos)
- <https://d10lpsik1i8c69.cloudfront.net/js/clickstream.js> (60 minutos)
- <https://d10lpsik1i8c69.cloudfront.net/w.js> (60 minutos)

- <https://www.google-analytics.com/plugins/ua/ec.js> (60 minutos)
- <https://www.googleadservices.com/pagead/conversion.js> (60 minutos)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 horas)

Minificar CSS

Compactar el código CSS puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga y análisis.

[Reducir CSS](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 910 B (reducción del 22 %).

- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/css/wp-review.css?ver=1.1.0>, supondría un ahorro de 611 B (reducción del 18 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/style.css?ver=4.9.2>, supondría un ahorro de 176 B (reducción del 89 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/fok-ad-manager/public/css/style.css?ver=4.9.2>, supondría un ahorro de 123 B (reducción del 20 %) después de la compresión.

Minificar HTML

Compactar el código HTML, incluido cualquier código CSS y JavaScript insertado que contenga, puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga y análisis.

[Reducir HTML](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 2,9 KB (reducción del 17 %).

- Si se reduce <https://www.forksoverknives.com/>, supondría un ahorro de 2,9 KB (reducción del 17 %) después de la compresión.

Movil



3 reglas aprobadas

Evitar redirecciones a páginas de destino

Tu página no tiene redireccionamientos. Más información sobre cómo [evitar redireccionamientos de páginas de destino](#)

Reducir el tiempo de respuesta del servidor

Tu servidor respondió rápidamente. Más información sobre la [optimización del tiempo de respuesta del servidor](#)

Prioriza el contenido visible

El contenido de la mitad superior de la página está correctamente priorizado. Más información sobre [la priorización de contenido visible](#)

96 / 100 Experiencia de usuario



Elementos que puedes plantearte corregir:

Adaptación del contenido a la ventana gráfica

El contenido de la página es demasiado ancho para la ventana gráfica y el usuario tiene que desplazarse horizontalmente. [Adapta el contenido de la página a la ventana gráfica](#) para proporcionar una experiencia de usuario mejor.

El contenido de la página tiene 427 píxeles en CSS de ancho, pero la ventana gráfica solo tiene 412. Los elementos siguientes quedan fuera de la ventana gráfica:

- El elemento `<div class="container">Make the Trans...Cooking Course</div>` queda fuera de la ventana gráfica.

Aplicar el tamaño adecuado a los botones táctiles

Puede que algunos enlaces y botones de la página web sean demasiado pequeños para que los usuarios puedan tocarlos en una pantalla táctil. Quizás debas [aplicar un tamaño más grande a los botones táctiles](#) para proporcionar una experiencia de usuario mejor.

Los botones táctiles siguientes están cerca de otros y puede que necesiten más espacio a su alrededor.

- El botón táctil `James Cuilty` y 4 más están cerca de otros botones táctiles.
- El botón táctil `5 Plant-Based...s and Desserts` está cerca de 1 botones táctiles.



3 reglas aprobadas

Evitar los plugins

Parece que tu página no utiliza plugins y esto podría impedir que el contenido se utilice en muchas plataformas. Puedes obtener más información acerca de la importancia de [evitar los plugins](#).

Configurar ventana gráfica


Tu página especifica una ventana gráfica que se adapta al tamaño del dispositivo, lo que permite que se procese correctamente en todos los dispositivos. Más información sobre cómo [configurar ventanas gráficas](#).

Utilizar tamaños de fuente que se puedan leer

El texto de la página es legible. Más información sobre cómo [utilizar tamaños de fuente que se puedan leer](#).



65 / 100 Velocidad

 Elementos que debes corregir:

Minificar JavaScript

Compactar el código JavaScript puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga, análisis y ejecución.

[Reducir JavaScript](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 133,7 KB (reducción del 50 %).

- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/public/js/vendor.js>, supondría un ahorro de 126,9 KB (reducción del 52 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/jquery.knob.min.js?ver=1.1>, supondría un ahorro de 2,2 KB (reducción del 38 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/jquery-collapse-o-matic/js/collapse.js?ver=1.6.6>, supondría un ahorro de 2 KB (reducción del 51 %) después de la compresión.
- Si se reduce https://connect.facebook.net/en_US/fbds.js, supondría un ahorro de 691 B (reducción del 33 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/main.js?ver=1.1.0>, supondría un ahorro de 516 B (reducción del 33 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-authorize-net-aim/lib/skyverge/woocommerce/payment-gateway/assets/js/frontend/sv-wc-payment-gateway-payment-form.min.js?ver=4.8.2>, supondría un ahorro de 397 B (reducción del 16 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpcf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/js/jquery.appear.js?ver=1.1>, supondría un ahorro de 286 B (reducción del 30 %)

Ordenador

después de la compresión.

- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-authorize-net-aim/assets/js/frontend/wc-authorize-net-aim.min.js?ver=3.12.1>, supondría un ahorro de 281 B (reducción del 19 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/load-more.js?ver=20171013>, supondría un ahorro de 175 B (reducción del 28 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/mealplanner-override.js?ver=20170223>, supondría un ahorro de 171 B (reducción del 16 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/gravity-forms-placeholder-support-add-on/gfplaceholderaddon.js?ver=1.0>, supondría un ahorro de 104 B (reducción del 14 %) después de la compresión.

Eliminar el JavaScript que bloquea la visualización y el CSS del contenido de la mitad superior de la página

Tu página tiene 6 recursos de secuencias de comandos y 12 recursos CSS que provocan un bloqueo. Ello causa un retraso en el procesamiento de la página.

No se ha podido visualizar el contenido de la mitad superior de la página sin tener que esperar a que se cargara alguno de los recursos. Intenta aplazar o cargar de forma asíncrona los recursos que bloquean la visualización, o bien inserta porciones críticas de dichos recursos directamente en el HTML.

[Quitar el JavaScript que bloquea la visualización de contenido:](#)

- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/google-analytics-for-wordpress/assets/js/frontend.min.js?ver=6.2.6>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-includes/js/jquery/jquery.js?ver=1.12.4>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-includes/js/jquery/jquery-migrate.min.js?ver=1.4.1>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/mailchimp-for-woocommerce/public/js/mailchimp-woocommerce-public.min.js?ver=2.1.1>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/js/mealplanner-override.js?ver=20170223>
- <https://use.edgefonts.net/open-sans:n3,i3,n4,i4,n6,i6,n7,i7,n8,i8.js>

Ordenador

[Optimizar la entrega de CSS](#) de estas URL:

- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/yet-another-related-posts-plugin/style/widget.css?ver=4.9.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/fok-ad-manager/public/css/style.css?ver=4.9.2>
- https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/jquery-collapse-omatic/light_style.css?ver=1.6
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/css/wp-review.css?ver=1.1.0>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-pagenavi/pagenavi-css.css?ver=2.70>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/style.css?ver=4.9.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/woocommerce-gateway-authorize-net-aim/lib/skyverge/woocommerce/payment-gateway/assets/css/frontend/sv-wc-payment-gateway-payment-form.min.css?ver=4.8.2>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/private/css/new-style-2.css>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/public/css/application.css?ver=1515516380>
- <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/assets/components/font-awesome/css/font-awesome.css>
- <https://use.edgefonts.net/c/6b6760/1w;open-sans,2,VvG:W:i3,VvD:W:i4,VvK:W:i6,Vv9:W:i7,VvC:W:i8,VvF:W:n3,VvH:W:n4,Vvj:W:n6,Vv8:W:n7,VvB:W:n8/l>
- <https://a.mailmunch.co/app/v1/styles.css>

Optimizar imágenes

Formatear y comprimir correctamente las imágenes puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos.

[Optimizar estas imágenes](#) para reducir su tamaño en 196,7 KB (reducción del 56 %).

- Al comprimir o modificar el tamaño de <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/fok-plan.jpg> puedes ahorrarte 54,6 KB (un 76 % menos).

Ordenador

- Al comprimir o modificar el tamaño de <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/iStock-628097352-1-e1486076582254.jpg> puedes ahorrarte 30,5 KB (un 66 % menos).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/assets/images/newhome/notable-praise.jpg>, supondría un ahorro de 21,9 KB (reducción del 41 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/ArianFoster.jpg>, supondría un ahorro de 9,8 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/AliciaSilverstone.jpg>, supondría un ahorro de 8,5 KB (reducción del 51 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/oprahwinfrey1.jpg>, supondría un ahorro de 8,2 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/daxshepard.jpg>, supondría un ahorro de 8,1 KB (reducción del 49 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/Ariana-Grande.jpg>, supondría un ahorro de 7,9 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/katyperry1.jpg>, supondría un ahorro de 7,2 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/sanjaygupta.jpg>, supondría un ahorro de 6,3 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/JasonMraz1.jpg>, supondría un ahorro de 6 KB (reducción del 51 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/johnanderson1.jpg>, supondría un ahorro de 6 KB (reducción del 52 %).
- Si se comprime https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/roger_ebert_avatar-185x185.jpg, supondría un ahorro de 5,8 KB (reducción del 43 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/michaelbaisden1.jpg>, supondría un ahorro de 5,5 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/droz1.jpg>, supondría un ahorro de 5,5 KB (reducción del 50 %).
- Si se comprime <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/markbitman.jpg>, supondría un ahorro de 5 KB (reducción del 51 %).

 Elementos que puedes plantearte corregir:

Ordenador

Habilitar compresión

Comprimir recursos con gzip o con deflate puede reducir el número de bytes enviados a través de la red.

[Habilitar la compresión](#) de estos recursos para reducir su tamaño de transferencia en 274 B (reducción del 41 %).

- Si se comprime https://api.at.getsocial.io/api/v1/elements/status?0=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com%2F&d=desktop&o=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com&mtv=%7B%7D&id=6a0d08&arrLength=1&pvid=UFdLv3w&ref=https%3A%2F%2Fwww.forksoverknives.com%2F&f=ga_integration, supondría un ahorro de 274 B (reducción del 41 %).

Aprovechar el almacenamiento en caché del navegador

Establecer una fecha de caducidad o una edad máxima en las cabeceras HTTP de los recursos estáticos indica al navegador que cargue los recursos descargados previamente del disco local en lugar de hacerlo a través de la red.

[Aprovechar el almacenamiento en caché del navegador](#) de estos recursos almacenables en caché:

- <https://scripts.kissmetrics.com/48925c26d3e75eeb806fc85f2d1a7a0b6e56db1a.2.js> (60 segundos)
- <https://static.hotjar.com/c/hotjar-94319.js?sv=5> (60 segundos)
- <https://www.googletagmanager.com/gtm.js?id=GTM-WC267H> (15 minutos)
- https://connect.facebook.net/en_US/fbds.js (20 minutos)
- <https://d10lpsik1i8c69.cloudfront.net/js/clickstream.js> (60 minutos)
- <https://d10lpsik1i8c69.cloudfront.net/w.js> (60 minutos)
- <https://www.google-analytics.com/plugins/ua/ec.js> (60 minutos)
- <https://www.googleadservices.com/pagead/conversion.js> (60 minutos)
- <https://www.google-analytics.com/analytics.js> (2 horas)

Ordenador

Minificar CSS

Compactar el código CSS puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga y análisis.

[Reducir CSS](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 910 B (reducción del 22 %).

- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/wp-review-pro/assets/css/wp-review.css?ver=1.1.0>, supondría un ahorro de 611 B (reducción del 18 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/themes/forksoverknives-wp/style.css?ver=4.9.2>, supondría un ahorro de 176 B (reducción del 89 %) después de la compresión.
- Si se reduce <https://8zxa3etwpf-flywheel.netdna-ssl.com/wp-content/plugins/fok-ad-manager/public/css/style.css?ver=4.9.2>, supondría un ahorro de 123 B (reducción del 20 %) después de la compresión.

Minificar HTML

Compactar el código HTML, incluido cualquier código CSS y JavaScript insertado que contenga, puede ahorrar una gran cantidad de bytes de datos y acelerar los tiempos de descarga y análisis.

[Reducir HTML](#) de estos recursos para reducir su tamaño en 2,9 KB (reducción del 17 %).

- Si se reduce <https://www.forksoverknives.com/>, supondría un ahorro de 2,9 KB (reducción del 17 %) después de la compresión.



3 reglas aprobadas

Evitar redirecciones a páginas de destino

Tu página no tiene redireccionamientos. Más información sobre cómo [evitar redireccionamientos de páginas de destino](#)

Reducir el tiempo de respuesta del servidor

Tu servidor respondió rápidamente. Más información sobre la [optimización del tiempo de respuesta del servidor](#)

Prioriza el contenido visible

El contenido de la mitad superior de la página está correctamente priorizado. Más información sobre [la priorización de contenido visible](#)