



# Avaliação do site upfrf.ru

Gerado a 13 de Abril de 2021 18:45 PM






O resultado é de 54/100






## Conteúdo SEO

	<b>Título</b>	<p>Личный кабинет Пенсионного Фонда для граждан России</p> <p>Cumprimento : 51</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>																
	<b>Descrição</b>	<p>Сайт www.pfrf.ru открывает перед пользователями неограниченные возможности. На его страницах пенсионный фонд личный кабинет организовал для каждого жителя.</p> <p>Cumprimento : 155</p> <p>Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.</p>																
	<b>Palavras-chave</b>	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>																
	<b>Propriedades Og Meta</b>	<p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table border="1" data-bbox="539 1301 1481 2056"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>locale</td> <td>ru_RU</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> <tr> <td>title</td> <td>Личный кабинет Пенсионного Фонда для граждан России</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Сайт www.pfrf.ru открывает перед пользователями неограниченные возможности. На его страницах пенсионный фонд личный кабинет организовал для каждого жителя.</td> </tr> <tr> <td>url</td> <td>https://upfrf.ru/</td> </tr> <tr> <td>site_name</td> <td>ПФР</td> </tr> <tr> <td>image</td> <td>https://upfrf.ru/wp-content/uploads/2019/09/2019-09-04_10-11-42.jpg</td> </tr> </tbody> </table>	Propriedade	Conteúdo	locale	ru_RU	type	website	title	Личный кабинет Пенсионного Фонда для граждан России	description	Сайт www.pfrf.ru открывает перед пользователями неограниченные возможности. На его страницах пенсионный фонд личный кабинет организовал для каждого жителя.	url	https://upfrf.ru/	site_name	ПФР	image	https://upfrf.ru/wp-content/uploads/2019/09/2019-09-04_10-11-42.jpg
Propriedade	Conteúdo																	
locale	ru_RU																	
type	website																	
title	Личный кабинет Пенсионного Фонда для граждан России																	
description	Сайт www.pfrf.ru открывает перед пользователями неограниченные возможности. На его страницах пенсионный фонд личный кабинет организовал для каждого жителя.																	
url	https://upfrf.ru/																	
site_name	ПФР																	
image	https://upfrf.ru/wp-content/uploads/2019/09/2019-09-04_10-11-42.jpg																	

## Conteúdo SEO

		image:width 804												
		image:height 506												
	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>6</td><td>2</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr></tbody></table> <ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Пенсионный фонд — личный кабинет</li><li>• [H2] Когда необходим личный кабинет ПФРФ?</li><li>• [H2] Кому доступен личный кабинет Пенсионного Фонда</li><li>• [H2] Как зарегистрироваться на сайте ПФР</li><li>• [H2] Как войти в личный кабинет ПФР?</li><li>• [H2] Какого рода информация представлена в личном кабинете ПФ?</li><li>• [H2] Перечень услуг на сайте</li><li>• [H3] Регистрация на портале ГОСУСЛУГИ пошагово</li><li>• [H3] Подтверждение учетной записи</li></ul>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	6	2	0	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	6	2	0	0	0									
	Imagens	Encontrámos 79 imagens nesta página.  69 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem melhor o conteúdo das suas imagens.												
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 14%  O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar mais conteúdos em forma de texto.												
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.												
	Iframe	Oh, não, esta página tem Iframes na página, o que significa que o conteúdo destas não pode ser indexado.												

## 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 38 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0%

## Ligações SEO



Ligações externas : Passa sumo 21.05%

Ligações internas 78.95%


### Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
<a href="#">О проекте</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Пенсионный юрист</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Вход через СНИЛС</a>	Internas	Passa sumo
=	Externas	Passa sumo
=	Externas	Passa sumo
=	Externas	Passa sumo
=	Externas	Passa sumo
<a href="#">Личный кабинет</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Калькулятор пенсии</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Запись на прием в ПФ</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Телефон горячей линии</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Прожиточный минимум</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Сбербанк»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Кит Финанс»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Альянс»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Благосостояние»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Промагрофонд»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Стальфонд»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Телеком-Союз»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«#171:Магнит#187:»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«#171:Нефтегарант#187:»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Газфонд»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">«Электроэнергетики»</a>	Internas	Passa sumo

## Ligações para a própria página

<a href="#">«Европейский»</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">НПФ</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">www.pfrf.ru</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Отцовский капитал</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">ИПК пенсии</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Выход на пенсию для женщин</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Узнать размер пенсии</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Дачная амнистия</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Кабинет Пенсионера</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Возврат Товара</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">ОСАГО Онлайн</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Согласие на обработку персональных данных</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Пользовательское соглашение</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Политика конфиденциальности</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Карта сайта</a>	Internas	Passa sumo

## Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	нпф пенсионный кабинет как вам все ЛИЧНЫЙ россия пенсии для
--	-------------------------	---

## Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
кабинет	31	✓	✗	✓	✓
личный	30	✓	✗	✓	✓
для	15	✓	✗	✓	✗
как	13	✗	✗	✗	✓

## Consistência das Palavras-chave

href

12



### Usabilidade

	Url	Domínio : upfrf.ru Cumprimento : 8
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é ru.
	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 : 61 Avisos : 22
	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	<ul style="list-style-type: none"><li> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</li><li> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</li><li> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).</li><li> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).</li></ul>

## Documento

✖ Atenção, o site não tira vantagem 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://upfrf.ru/sitemap.xml>

[https://upfrf.ru/sitemap\\_index.xml](https://upfrf.ru/sitemap_index.xml)



Robots.txt

<http://upfrf.ru/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.