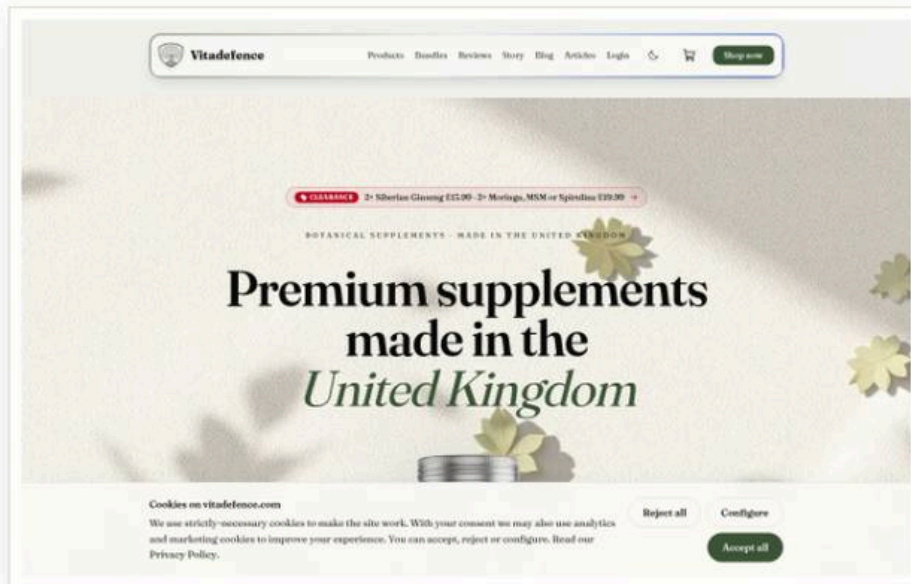




AUDITLOGIA

El Paquete Completo, Un Solo Libro

Una auditoría de pago de vitadefence.com, en un solo libro: el índice, cada pieza de tu pack que lleva un hallazgo uno por página, tus descargas, el archivo que le entregas a una IA, y las respuestas en bruto de la ejecución.



Preparado para

vitadefence.com

27 de septiembre de 2026 · informe 20260831-115419-15c4ba

AUDITLOGIA · NOMBRE COMERCIAL DE VITADEFENCE LTD, EMPRESA DEL REINO UNIDO 15979768
CADA CIFRA DE ESTE DOCUMENTO SE MIDIO EN EL SITIO EN DIRECTO. NADA SE ESTIMA A MANO.

VITADEFENCE.COM · EL PAQUETE COMPLETO, UN SOLO LIBRO

Contenido

Todo lo de una auditoría de pago de vitadefence.com, en el orden en que lo muestra la página de inicio. El número junto a cada parte es su página en este libro.

El pack, las piezas que llevan un hallazgo - 13 piezas en 3 grupos: El informe y sus acompañantes (6); Los archivos listos para pegar (6); Inteligencia de búsqueda (1).	4
Tus descargas - cada documento que produjo esta auditoría, y qué contiene cada uno.	41
Dale esto a tu IA - el archivo del agente, entero.	43
Las respuestas en bruto de la ejecución - cada otra respuesta comprada para ti, indicada como una lista de archivos.	47

ANTES DE EMPEZAR

Dónde están la auditoría y la lista de tareas

La auditoría de vitadefence.com es su propio documento, en el mismo correo y en tu enlace permanente. Tu lista de tareas - cada fallo como un paso con el texto para pegar - está en tu página de correcciones, también en tu enlace permanente. Este libro es todo lo demás de la ejecución, en un solo lugar.

PARTE 1

El paquete, las piezas que llevan un hallazgo

13 piezas, cada una con su imagen, qué es, y qué te dice - después la pieza en sí.

GRUPO

El informe y sus acompañantes

6 piezas.

El Informe

El informe completo con el esqueleto de la casa, abierto con la fotografía de tu propia página de inicio. Cada cifra medida en el sitio en directo.

Lee primero el veredicto, y después la única cosa que hacer; todo lo demás de este libro depende de eso.

 **AUDITLOGIA**

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 01 / 69

PDF

El Informe

El informe completo con el esqueleto de la casa, abierto con la propia fotografía de la página de inicio del cliente.
Cada cifra medida en el sitio en directo.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El Informe

report-v2.pdf (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

El informe completo con el esqueleto de la casa, abierto con la propia fotografía de la página de inicio del cliente. Cada cifra medida en el sitio en directo.

File: report-v2.pdf · 1376 KB

AUDITLOGIA · UNA AUDITORIA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 01 / 69

Abrir el PDF - report-v2.pdf

El Informe de Visibilidad en IA

Cómo lee el sitio a los motores de respuesta y en el extranjero - el bloque de idioma, los rastreadores, los huecos legibles por máquina.

El segundo informe: las correcciones de aquí te hacen citable, no solo encontrable.

 AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 06 / 69

PDF

El Informe de Visibilidad en IA

Cómo lee el sitio a los motores de respuesta y en el extranjero - el bloque de idioma, los rastreadores, los huecos legibles por máquina.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El Informe de Visibilidad en IA

geo-report-v2.pdf (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Cómo lee el sitio a los motores de respuesta y en el extranjero - el bloque de idioma, los rastreadores, los huecos legibles por máquina.

File: geo-report-v2.pdf · 1216 KB

AUDITLOGIA · UNA AUDITORIA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 06 / 69

Abrir el PDF - geo-report-v2.pdf

El Curso

Un curso construido a partir de tu propia auditoría - tu página de inicio en la portada, tus cifras en cada capítulo.

Diez capítulos breves sobre cómo leen tu sitio los motores de respuesta y los buscadores: tus propias cifras, los pasos exactos, cómo comprobarlos, y las palabras difíciles explicadas en un español sencillo.

 AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 07 / 69

CURSO

El Curso

Un curso construido a partir de su propia auditoría - su página de inicio en la portada, sus cifras en cada capítulo.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El Curso

index.html (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Un curso construido a partir de su propia auditoría - su página de inicio en la portada, sus cifras en cada capítulo.

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 07 / 69

Abrir el curso

El curso es su propio libro, diez capítulos, construido a partir de esta ejecución.

La hoja de palabras clave

Términos de búsqueda reales para tu mercado - volumen, dificultad, coste por clic e intención en cada fila. Una hoja de cálculo que conservas.

Ordena por dificultad, coge primero las fáciles; cada fila es una página o un párrafo que podrías hacer tuyo.

AL

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 02 / 69

CSV · 143 FILAS

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

La hoja de palabras clave

keywords.csv (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Seed	Monthly trend
0.42	MEDIUM	0.79	pea protein vs whey	7	informational	6600	—	2026-07:6600 2026-06:6600 2026-05:6600 2026-04:8100 2026-03:8100...
0.42	MEDIUM	0.79	whey or pea protein	14	informational	6600	—	2026-07:6600 2026-06:6600 2026-05:6600 2026-04:8100 2026-03:8100...
0.28	LOW	0.76	whey vs pea protein	20	informational	1900	—	2026-07:1600 2026-06:1600 2026-05:2400 2026-04:2400 2026-03:2900...
0.27	LOW	0.2	difference between whey and pea protein	9	informational	480	—	2026-07:320 2026-06:390 2026-05:480 2026-04:590 2026-03:720 2026...
0.25	LOW	0.22	is whey or pea protein better	7	informational	480	—	2026-07:480 2026-06:390 2026-05:480 2026-04:590 2026-03:720 2026...
0.12	LOW	2.33	spirulina vs chlorophyll	9	informational	390	—	2026-07:320 2026-06:320 2026-05:320 2026-04:390 2026-03:390 2026...
0.56	MEDIUM	1.6	cranberry vs d-mannose	0	informational	260	—	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026...
0.56	MEDIUM	1.6	cranberry vs d-mannose	0	informational	260	—	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026...

» 135 FILAS MÁS EN EL ARCHIVO

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 02 / 69

Descargar la hoja de cálculo - keywords.csv

143 términos de búsqueda medidos para tu mercado; 121 de ellas tienen una dificultad de 30 o menos - las que están a tu alcance; la más grande es “whey protein” con 135,000 búsquedas al mes.

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.42	MEDIUM	0.79	pea protein vs whey	7	informational	6600	2026-07:6600 2026-06:6600 2026-05:6600 2026-04:8100 2026-03:8100 2026-02:8100 ... (94 meses en el archivo)
0.42	MEDIUM	0.79	whey or pea protein	14	informational	6600	2026-07:6600 2026-06:6600 2026-05:6600 2026-04:8100 2026-03:8100 2026-02:8100 ... (93 meses en el archivo)
0.28	LOW	0.76	whey vs pea protein	20	informational	1900	2026-07:1600 2026-06:1600 2026-05:2400 2026-04:2400 2026-03:2900 2026-02:2900 ... (93 meses en el archivo)
0.27	LOW	0.2	difference between whey and pea protein	9	informational	480	2026-07:320 2026-06:390 2026-05:480 2026-04:590 2026-03:720 2026-02:720 ... (58 meses en el archivo)
0.25	LOW	0.22	is whey or pea protein better	7	informational	480	2026-07:480 2026-06:390 2026-05:480 2026-04:590 2026-03:720 2026-02:720 ... (94 meses en el archivo)
0.12	LOW	2.33	spirulina vs chlorophyll	9	informational	390	2026-07:320 2026-06:320 2026-05:320 2026-04:390 2026-03:390 2026-02:390 ... (94 meses en el archivo)
0.56	MEDIUM	1.6	cranberry vs d mannose	0	informational	260	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026-02:210 ... (94 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.56	MEDIUM	1.6	cranberry vs d-mannose	0	informational	260	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026-02:210 ... (100 meses en el archivo)
0.56	MEDIUM	1.6	d mannose vs cranberry	5	informational	260	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026-02:210 ... (92 meses en el archivo)
0.56	MEDIUM	1.6	d-mannose vs cranberry	1	informational	260	2026-07:260 2026-06:210 2026-05:320 2026-04:210 2026-03:260 2026-02:210 ... (93 meses en el archivo)
0.76	HIGH	1.92	urologist recommended cranberry supplement	0	informational	210	2026-07:210 2026-06:320 2026-05:210 2026-04:390 2026-03:720 2026-02:390 ... (76 meses en el archivo)
0.43	MEDIUM	0.46	difference between whey protein and pea protein	9	commercial	170	2026-07:170 2026-06:170 2026-05:210 2026-04:210 2026-03:210 2026-02:210 ... (51 meses en el archivo)
0.29	LOW	0.14	difference between pea and whey protein	9	informational	140	2026-07:140 2026-06:170 2026-05:170 2026-04:210 2026-03:210 2026-02:170 ... (67 meses en el archivo)
0.1	LOW	1.45	does spirulina have chlorophyll	19	informational	140	2026-07:170 2026-06:170 2026-05:170 2026-04:170 2026-03:140 2026-02:170 ... (100 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.33	MEDIUM	1.76	glucosamine sulfate vs msm	40	informational	140	2026-07:110 2026-06:170 2026-05:140 2026-04:140 2026-03:110 2026-02:110 ... (84 meses en el archivo)
0.33	MEDIUM	1.76	glucosamine vs msm	18	informational	140	2026-07:110 2026-06:170 2026-05:140 2026-04:140 2026-03:110 2026-02:110 ... (102 meses en el archivo)
0.33	MEDIUM	1.76	msm vs glucosamine	18	informational	140	2026-07:110 2026-06:170 2026-05:140 2026-04:140 2026-03:110 2026-02:110 ... (94 meses en el archivo)
0.91	HIGH	1.06	spirulina pill vs powder	10	informational	140	2026-07:140 2026-06:170 2026-05:110 2026-04:170 2026-03:140 2026-02:170 ... (72 meses en el archivo)
0.53	MEDIUM	0.34	what is the difference between whey protein and pea protein	9	informational	140	2026-07:110 2026-06:170 2026-05:140 2026-04:170 2026-03:170 2026-02:210 ... (57 meses en el archivo)
0.23	LOW	0.15	what's the difference between whey and pea protein	6	informational	140	2026-07:90 2026-06:70 2026-05:110 2026-04:170 2026-03:210 2026-02:260 ... (81 meses en el archivo)
0.78	HIGH	0.7	cranberry pills vs d-mannose	0	informational	110	2026-07:140 2026-06:110 2026-05:110 2026-04:90 2026-03:110 2026-02:140 ... (86 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.78	HIGH	0.7	d mannose vs cranberry pills	2	informational	110	2026-07:140 2026-06:110 2026-05:110 2026-04:90 2026-03:110 2026-02:140 ... (93 meses en el archivo)
0.78	HIGH	0.7	d-mannose vs cranberry pills	2	informational	110	2026-07:140 2026-06:110 2026-05:110 2026-04:90 2026-03:110 2026-02:140 ... (93 meses en el archivo)
0.28	LOW	0.25	is pea protein or whey protein better	6	informational	110	2026-07:140 2026-06:90 2026-05:110 2026-04:110 2026-03:140 2026-02:110 ... (84 meses en el archivo)
0.05	LOW	—	ormux benefits	0	commercial	110	2026-07:20 2026-06:50 2026-05:90 2026-04:170 2026-03:50 2026-02:20 ... (61 meses en el archivo)
0.25	LOW	0.17	what's the difference between whey protein and pea protein	6	informational	110	2026-07:90 2026-06:110 2026-05:110 2026-04:140 2026-03:170 2026-02:170 ... (62 meses en el archivo)
0.39	MEDIUM	1.41	can you take spirulina and chlorella together	4	informational	90	2026-07:90 2026-06:90 2026-05:110 2026-04:110 2026-03:90 2026-02:110 ... (84 meses en el archivo)
0.38	MEDIUM	0.12	pea protein versus whey protein	6	informational	90	2026-07:70 2026-06:90 2026-05:110 2026-04:90 2026-03:90 2026-02:90 ... (93 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.47	MEDIUM	1.24	pea protein vs rice protein	0	informational	90	2026-07:110 2026-06:90 2026-05:90 2026-04:90 2026-03:90 2026-02:90 ... (89 meses en el archivo)
0.47	MEDIUM	1.24	rice protein vs pea protein	0	informational	90	2026-07:110 2026-06:90 2026-05:90 2026-04:90 2026-03:90 2026-02:90 ... (93 meses en el archivo)
0.47	MEDIUM	1.24	rice vs pea protein	0	informational	90	2026-07:110 2026-06:90 2026-05:90 2026-04:90 2026-03:90 2026-02:90 ... (93 meses en el archivo)
0.72	HIGH	5.46	spirulina vs chlorella which is better	9	informational	90	2026-07:70 2026-06:70 2026-05:70 2026-04:90 2026-03:70 2026-02:90 ... (57 meses en el archivo)
0.26	LOW	0.22	whey or pea protein better	6	informational	90	2026-07:70 2026-06:70 2026-05:110 2026-04:140 2026-03:90 2026-02:110 ... (102 meses en el archivo)
0.14	LOW	—	can you take d mannose and cranberry pills together	0	informational	70	2026-07:70 2026-06:90 2026-05:70 2026-04:50 2026-03:70 2026-02:70 ... (17 meses en el archivo)
0.64	MEDIUM	1.65	cranberry and d mannose side effects	1	informational	70	2026-07:50 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:70 ... (17 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.64	MEDIUM	1.65	cranberry d mannose side effects	1	informational	70	2026-07:50 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:70 ... (93 meses en el archivo)
0.64	MEDIUM	1.65	cranberry with d-mannose side effects	2	informational	70	2026-07:50 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:70 ... (93 meses en el archivo)
0.27	LOW	—	benefits of msm and vitamin c	9	informational	50	2026-07:50 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:50 ... (84 meses en el archivo)
0.44	MEDIUM	3.32	biotin before and after nails	5	transactional	50	2026-07:50 2026-06:50 2026-05:40 2026-04:50 2026-03:70 2026-02:50 ... (100 meses en el archivo)
0.19	LOW	—	collagen or msm	0	informational	50	2026-07:30 2026-06:40 2026-05:40 2026-04:50 2026-03:50 2026-02:40 ... (72 meses en el archivo)
0.05	LOW	—	copper and zinc absorption	26	informational	50	2026-07:50 2026-06:50 2026-05:50 2026-04:50 2026-03:40 2026-02:40 ... (93 meses en el archivo)
0.02	LOW	—	do you need copper with zinc	26	informational	50	2026-07:40 2026-06:40 2026-05:40 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:50 ... (84 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0	LOW	—	how long does it take for l-glutamine to work	13	informational	50	2026-07:70 2026-06:70 2026-05:70 2026-04:50 2026-03:70 2026-02:40 ... (73 meses en el archivo)
0.28	LOW	0.53	kelp or spirulina	0	informational	50	2026-07:40 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:70 ... (100 meses en el archivo)
0.28	LOW	0.53	kelp vs spirulina	0	informational	50	2026-07:40 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:70 ... (89 meses en el archivo)
0.19	LOW	—	msm vs collagen	0	informational	50	2026-07:30 2026-06:40 2026-05:40 2026-04:50 2026-03:50 2026-02:40 ... (100 meses en el archivo)
0.27	LOW	0.73	rice protein vs whey protein	3	informational	50	2026-07:50 2026-06:50 2026-05:40 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:50 ... (93 meses en el archivo)
0.27	LOW	—	vitamin c and msm benefits	16	informational	50	2026-07:50 2026-06:40 2026-05:50 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:50 ... (73 meses en el archivo)
0.57	MEDIUM	0.98	what does multi collagen do	43	informational	50	2026-07:40 2026-06:50 2026-05:40 2026-04:70 2026-03:70 2026-02:70 ... (89 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.27	LOW	0.73	whey protein vs rice protein	4	informational	50	2026-07:50 2026-06:50 2026-05:40 2026-04:40 2026-03:50 2026-02:50 ... (93 meses en el archivo)
0.51	MEDIUM	0.11	which is better pea protein or whey protein	12	informational	50	2026-07:50 2026-06:70 2026-05:30 2026-04:70 2026-03:70 2026-02:40 ... (84 meses en el archivo)
1	HIGH	1.95	arginine maca	0	transaccional	40	2026-07:20 2026-06:20 2026-05:10 2026-04:30 2026-03:20 2026-02:30 ... (93 meses en el archivo)
0.53	MEDIUM	0.12	benefits of chlorophyll and spirulina	22	informational	40	2026-07:40 2026-06:30 2026-05:40 2026-04:50 2026-03:30 2026-02:30 ... (84 meses en el archivo)
0.92	HIGH	1.58	benefits of k2 mk4	14	informational	40	2026-07:20 2026-06:40 2026-05:30 2026-04:30 2026-03:30 2026-02:50 ... (94 meses en el archivo)
0.47	MEDIUM	0.19	biotin vs hair skin nails	0	informational	40	2026-07:40 2026-06:40 2026-05:30 2026-04:40 2026-03:30 2026-02:50 ... (94 meses en el archivo)
0.02	LOW	—	can copper and zinc be taken together	1	informational	40	2026-07:40 2026-06:30 2026-05:50 2026-04:50 2026-03:30 2026-02:30 ... (84 meses en el archivo)

Competencia	Nivel de competencia	Cost-per-click	Palabra clave	Dificultad de la palabra clave	Intención de búsqueda principal	Volumen de búsqueda mensual medio	Monthly trend
0.04	LOW	—	copper deficiency zinc supplementation	22	informational	40	2026-07:30 2026-06:30 2026-05:50 2026-04:30 2026-03:40 2026-02:40 ... (93 meses en el archivo)
1	HIGH	1.15	cranberry with d-mannose benefits female	14	informational	40	2026-07:20 2026-06:20 2026-05:20 2026-04:30 2026-03:30 2026-02:30 ... (79 meses en el archivo)
0.98	HIGH	1.11	d mannose vs cranberry supplements	5	informational	40	2026-07:50 2026-06:70 2026-05:50 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:40 ... (93 meses en el archivo)
0.98	HIGH	1.11	d-mannose vs cranberry supplements	5	informational	40	2026-07:50 2026-06:70 2026-05:50 2026-04:70 2026-03:50 2026-02:40 ... (94 meses en el archivo)

Las columnas sin valor en las filas de arriba - Seed - llevan valores más abajo en el archivo.

82 filas más en el archivo (enlazado arriba).

1 término que su índice tiene sin un volumen mensual medido is en el archivo, no se imprime aquí.

El plan de correcciones

Cada fallo que registró el rastreo con la corrección exacta al lado, en orden de trabajo. Listo para copiar y pegar.

Esta es la lista de tareas de la Parte 2; trabájala de arriba abajo y marca las filas.

AL

AUDITLOGIA

TU PACK • MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM • 27 SEPT 2026

PIEZA 03 / 69

CSV - 9 FILAS

EL plan de correcciones

Cada fallo que registró el rastreo con la corrección exacta al lado, en orden de trabajo. Listo para copiar y pegar.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA • TU PACK

El plan de correcciones

fix-plan.csv (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Paso	URL relevante	Título	Cómo corregirlo	Gravedad	Tipo de problema	Product specs and other details
1	https://vitadefence.com/account	Redirect chain	Point the first URL (and any internal links) directly at the fin...	warning	redirect-chain	—
2	https://vitadefence.com/daily	Thin content	Either expand the page with genuinely useful content, noindex it...	warning	thin-content	—
3	https://vitadefence.com/terms	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—
3	https://vitadefence.com/products/acai-berry-multi	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—
3	https://vitadefence.com/products/bilberry-multi	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—
3	https://vitadefence.com/blog/best-moringa-powder-guide	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—
3	https://vitadefence.com/blog/probiotics-explained-how-gut-bacter...	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—
3	https://vitadefence.com/blog/why-choose-vitadefence-psyllium-hus...	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; ser...	info	slow-response	—

• 1 FILAS MÁS EN EL ARCHIVO

AUDITLOGIA • UNA AUDITORIA • TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 03 / 69

Descargar la hoja de cálculo - fix-plan.csv

9 fallos registrado(s) en tus páginas, cada uno con su corrección al lado - 7 info, 2 warning. Trabaja de arriba abajo.

Paso	URL relevante	Título	Cómo corregirlo	Gravedad	Tipo de problema
1	https://vitadefence.com/account	Redirect chain	Point the first URL (and any internal links) directly at the final destination so there is at most one redirect.	warning	redirect-chain

Paso	URL relevante	Título	Cómo corregirlo	Gravedad	Tipo de problema
2	https://vitadefence.com/daily	Thin content	Either expand the page with genuinely useful content, noindex it, or consolidate it into a stronger page. If the content exists but is rendered by JavaScript, ensure it is server-rendered or pre-rendered.	warning	thin-content
3	https://vitadefence.com/terms	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/products/acai-berry-multi	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/products/bilberry-multi	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/blog/best-moringa-powder-guide	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/blog/probiotics-explained-how-gut-bacteria-influence-your-entire-body	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/blog/why-choose-vitadefence-psyllium-husk-multi-with-high-fibre-botanicals	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response
3	https://vitadefence.com/blog/why-choose-vitadefence-rhubarb-multi-with-burdock-and-clove	Slow server response	Investigate server/database time and caching for this route; serving cached or statically generated HTML usually fixes it.	info	slow-response

El Archivo para Preguntar a la IA

Preguntas reales que la gente le hace a los asistentes de IA sobre tu mercado, preguntadas en directo - si te mencionaron, y a quién mencionaron en tu lugar.

Cada respuesta que nombra a un rival y no a ti es una página que todavía no has escrito.

 AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 05 / 69

CSV · 55 FILAS

El Archivo para Preguntar a la IA

Preguntas reales que la gente le hace a los asistentes de IA sobre su mercado, preguntadas en directo - si se mencionó al cliente, y a quién se mencionó en su lugar.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El Archivo para Preguntar a la IA

ai-questions.csv (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Pregunta relevante	Cuántas veces al mes se pregunta a la IA	Asked model	Búsqueda web usada	Tu sitio nombrado en la respuesta	Sitios que citó la IA	La respuesta de la IA
protein powders with stevia	260	el asistente de IA	yes	no	us.vilgain.com ypc.co.uk usafitness.es dolphinfitness.co.uk guil...	If you're seeking protein powders sweetened with stevia, here ar...
what is better, msm or collagen?	15	el asistente de IA	yes	no	whowhatwear.com scienceinsights.org sciencedirect.com	Methylsulfonylmethane (MSM) and collagen are both popular supplie...
what are the benefits of vitality capsules?	4	el asistente de IA	yes	no	tower-health.co.uk houseofskincare.co.uk vgrowhealth.com vitalit...	Vitality capsules are dietary supplements formulated to enhance ...
what is the best dupe for grand soir?	4	el asistente de IA	yes	no	primor.eu scentfile.com opulent-perfumes.ae fragranzo.com fragra...	If you're seeking an affordable alternative to Maison Francis Ku...

AUDITLOGIA · UNA AUDITORIA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 05 / 69

Descargar la hoja de cálculo - ai-questions.csv

Pregunta relevante	Cuántas veces al mes se pregunta a la IA	Asked model	Búsqueda web usada	Tu sitio nombrado en la respuesta	Sitios que citó la IA	La respuesta de la IA
protein powders with stevia	260	el asistente de IA	yes	no	us.vilgain.com ypc.co.uk usafitness.es dolphinfitness.co.uk guiltfree.pl myprotein.com bulk.com hayalabs.es eliveragroup.com	If you're seeking protein powders sweetened with stevia, here are some options to consider: Clean & Natural Protein Powders Vilgain US Vilgain Grass-Fed Whey Protein Powder Vanilla This protein powder is sourced from British grass-fed cow...

Pregunta relevante	Cuántas veces al mes se pregunta a la IA	Asked model	Búsqueda web usada	Tu sitio nombrado en la respuesta	Sitios que citó la IA	La respuesta de la IA
what is better, msm or collagen?	15	el asistente de IA	yes	no	whowhatwear.com scienceinsights.org sciencedirect.com	Methylsulfonylmethane (MSM) and collagen are both popular supplements known for their benefits to joint health, skin, hair, and connective tissues. While they serve different primary functions, combining them may offer enhanced benefits. Co...
what are the benefits of vitality capsules?	4	el asistente de IA	yes	no	tower-health.co.uk houseofskincare.co.uk vgrowhealth.com vitality-supplements.co.uk upfulblends.com	Vitality capsules are dietary supplements formulated to enhance overall well-being by providing essential nutrients that support various bodily functions. The specific benefits of these capsules can vary depending on their ingredients and i...
what is the best dupe for grand soir?	4	el asistente de IA	yes	no	primor.eu scentfile.com opulent-perfumes.ae fragranzo.com fragrantica.com aromara.co.uk fragrantica.de perfumemap.co	If you're seeking an affordable alternative to Maison Francis Kurkdjian's Grand Soir, several fragrances capture its warm amber and vanilla essence. Here are some notable options: Lattafa Khamrah ✓ Eau de Parfum Perfumerias Primor Lattafa...

GRUPO

Los archivos listos para pegar

6 piezas.

El botón de fuente preferida

Las dos líneas que permiten a un lector añadir tu sitio como fuente preferida en Google, y el enlace sencillo sin el script.

Añade las dos líneas; los lectores podrán entonces hacerte fuente preferida con un clic.

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
 VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 17 / 69

HTML · LISTO PARA PEGAR

El botón de fuente preferida

Las dos líneas que le permiten a un lector añadir su sitio como fuente preferida en Google, y el enlace sencillo que hace lo mismo sin el script.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El botón de fuente preferida

preferred-sources-button.html (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

```

<!--
CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO

En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):

Google: "Incorpora un botón interactivo a tus páginas web, que permite a los lectores
añadir tu sitio como fuente preferida sin fricciones y los devuelve a tu página.
Añadiendo solo dos líneas a tu HTML, esta opción muestra un botón con estilo de
Google, localizado automáticamente, que admite personalización de dispositivo e
idioma."

fuente: developers.google.com/search/docs/appearance/preferred-sources
-->

1. Esta línea va en el <head> de cada página:

<script async src="https://news.google.com/swg/js/v1/publisher.js"></script>

2. Esta línea va dondequiera que quieras que aparezca el botón:

<div google-add-preferred-source-btn></div>

3. Si tu sitio no puede ejecutar el script, este enlace sencillo hace lo
el mismo trabajo sin ello:

<a href="https://www.google.com/preferences/source?q=vitadefence.com">Añádenos como fuente preferida</a>

El propio material gráfico de la insignia de Google, en todos los idiomas:
https://services.google.com/fh/files/helpcenter/google_preferred_source_badge_all_languages.zip
  
```

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 17 / 69

Copia cada bloque y pégalo donde indica el comentario de la parte de arriba del bloque. 1 archivo en este pack.

preferred-sources-button.html

```

<!--
CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
  
```

En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):

Google: "Incorpora un botón interactivo a tus páginas web, que permite a los lectores añadir tu sitio como fuente preferida sin fricciones y los devuelve a tu página. Añadiendo solo dos líneas a tu HTML, esta opción muestra un botón con estilo de Google, localizado automáticamente, que admite personalización de dispositivo e idioma."

fuelle: developers.google.com/search/docs/appearance/preferred-sources
-->

1. Esta línea va en el ``<head>`` de cada página:

```
<script async src="https://news.google.com/swg/js/v1/publisher.js"></script>
```

2. Esta línea va dondequiera que quieras que aparezca el botón:

```
<div google-add-preferred-source-btn></div>
```

3. Si tu sitio no puede ejecutar el script, este enlace sencillo hace lo
el mismo trabajo sin ello:

```
<a href="https://www.google.com/preferences/source?q=vitadefence.com">Añádenos como fuente  
preferida</a>
```

El propio material gráfico de la insignia de Google, en todos los idiomas:

https://services.google.com/fh/files/helpcenter/google_preferred_source_badge_all_languages.zip

El Archivo l1ms.txt

El resumen en texto plano que leen los motores de respuesta, una copia en Markdown de tus páginas al lado, y la cabecera de enlace que apunta a ellas. Guárdalo en la raíz; así los motores de respuesta obtienen un resumen limpio de tu sitio para leer.

AL

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 19 / 69

El Archivo l1ms.txt

El resumen en texto plano que leen los motores de respuesta, una copia en Markdown de sus páginas al lado, y la cabecera de enlace que apunta a ellas.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El Archivo l1ms.txt

l1ms.txt (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO

En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):

l1ms.txt.org: "El archivo se puede colocar en la raíz del sitio, o en cualquier ruta dentro de él, cubriendo las páginas bajo esa ruta." Las copias en markdown van "en la misma URL que la página original, bien añadiendo .md (pagina.html.md) o sustituyendo la extensión por .md (pagina.md)". El puntero "se puede proporcionar como elementos # HTML <link>, o como una cabecera de respuesta HTTP Link:... y se puede añadir en la configuración del servidor web o la CDN sin modificar ninguna página."

fuente: l1ms.txt.org

Vitadefence UK · Premium supplements · Made in the UK

> 63 premium supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK · GMP certified · FREE Royal Mail Tracked 48h delivery.

Páginas

- [Vitadefence UK · Premium supplements · Made in the UK](https://vitadefence.com/): 63 premium supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK · GMP certified · FREE Royal Mail Tracked 48h delivery.

- [Articles - The Vitadefence Library · Vitadefence UK](https://vitadefence.com/articles): Plain-words deep-dives on every supplement we make. Origin, ingredients, why this formula, Guides on acai, zinc, ashwagandha, spirulina, ginseng and more.

- [Acai Berry Tablets & Capsules - Amazon Fruit](https://vitadefence.com/articles/acai-berry-multi): Acai berry tablets and capsules from the Amazon – a deep-purple forest fruit and nine quiet partners in one daily vegan capsule. Read the story –

- [Acerola Cherry Capsules - Vitamin C | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/acerola-multi): Acerola cherry capsules – the West Indian cherry, naturally rich in vitamin C, with quiet plant partners. Read the story –

- [African Mango Extract Capsules | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/african-mango): African mango (Irvingia gabonensis) seed extract capsules – the West African forest seed in a daily vegan capsule. Read the story –

- [Aloe Vera Capsules & Tablets - Inner-Leaf | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/aloe-vera-multi): Aloe vera capsules and tablets – inner-leaf gel concentrate with quiet plant partners for the daily ritual. Read the story –

- [Amino Acid Capsules - BCAAs & Glutamine | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/amino-acid-multi): An amino acid capsule with BCAAs, l-glutamine and the supporting spine. The plain everyday amino blend, no scoop required. Read the story –

- [Apple Cider Vinegar Capsules - ACV | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/apple-cider-multi): Apple cider vinegar capsules – the kitchen-cupboard tradition without the sting on the teeth. The morning ACV ritual, in a capsule. Read the story –

- [Apple Cider Vinegar: What It Is (The Honest Version)](https://vitadefence.com/articles/apple-cider-vinegar): Apple cider vinegar explained honestly: what it is, what 'the mother' means, its long kitchen history - and a straight word on the claims we.

- [Artichoke Capsules - Cynarin, Black Garlic & Bitters](https://vitadefence.com/articles/artichoke-multi): Artichoke leaf capsules with black aged garlic, beetroot, burdock, turmeric and choline. The bitter principle, in one daily capsule. Read the full story.

- [Ashwagandha Capsules UK - KSM-66 & Cordyceps](https://vitadefence.com/articles/ashwagandha-multi): Ashwagandha capsules and tablets – KSM-66 with cordyceps, ginseng, maca, reishi and a B-vitamin spine. Ayurvedic rasayana, one daily. Read the story –

- [Bilberry Lutein & Zeaxanthin Capsules | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/bilberry-multi): Bilberry with lutein and zeaxanthin in vegan capsules – the dark hedgerow berry and the macular pigments. Read the story –

- [Botanical Fibre - Quality Raw Materials | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/botanical-fibre-multi): A quiet daily fibre blend built on quality botanical raw materials – soluble fibre and plant partners for the morning glass. Read the story –

- [Botanical Multi - Quality Raw Materials | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/botanical-multi): A daily botanical capsule built on quality raw materials, led by aloe vera at 3,000mg with quiet plant partners. Read the story –

- [Chlorella vs Spirulina: What's the Difference?](https://vitadefence.com/articles/chlorella-vs-spirulina): Chlorella vs spirulina explained simply: what each one is, where it comes from, how they differ in nutrition, taste and form, and how to choose.

- [Collagen and Vitamin C: Why They Go Together | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/collagen-and-vitamin-c): Collagen and vitamin C explained: what collagen is, marine vs bovine, and the one authorised claim that matters - vitamin C contributes to normal collagen.

+ 9 MORE LINES IN THE FILE

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 19 / 69

Copia cada bloque y pégalo donde indica el comentario de la parte de arriba del bloque. 2 archivos en este pack.

link-header.txt

DOS FORMAS DE APUNTAR A LOS ARCHIVOS DE ARRIBA - usa una u otra, no las dos.

1. Como HTML, en el <head> de la página:

```
<link rel="describedby" href="https://vitadefence.com/llms.txt">
<link rel="alternate" type="text/markdown" href="https://vitadefence.com/index.html.md">
```

2. Como cabecera de respuesta HTTP. llmstxt.org: la forma de cabecera "también funciona para recursos que no son HTML, como los propios archivos markdown, y puede añadirse en la configuración del servidor web o la CDN sin modificar ninguna página":

Link: <https://vitadefence.com/index.html.md>; rel="alternate"; type="text/markdown",
<https://vitadefence.com/llms.txt>; rel="describedby"

llms.txt

```
# CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
#
# En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):
#
# llmstxt.org: "El archivo se puede colocar en la raíz del sitio, o en cualquier ruta
# dentro de él, cubriendo las páginas bajo esa ruta." Las copias en markdown van "en la
# misma URL que la página original, bien añadiendo .md (pagina.html.md) o sustituyendo
# la extensión por .md (pagina.md)". El puntero "se puede proporcionar como elementos
# HTML <link>, o como una cabecera de respuesta HTTP Link:... y se puede añadir en la
# configuración del servidor web o la CDN sin modificar ninguna página."
#
# fuente: llmstxt.org

# Vitadefence UK · Premium supplements · Made in the UK

> 63 premium supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK · GMP certified
· FREE Royal Mail Tracked 48® delivery.

## Páginas
- [Vitadefence UK · Premium supplements · Made in the UK](https://vitadefence.com/): 63 premium
supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK · GMP certified · FREE Royal
Mail Tracked 48® delivery.
- [Articles – The Vitadefence Library · Vitadefence UK](https://vitadefence.com/articles):
Plain-words deep-dives on every supplement we make. Origin, ingredients, why this formula.
Guides on acai, zinc, ashwagandha, spirulina, ginseng and more.
- [Acai Berry Tablets & Capsules – Amazon Fruit |](https://vitadefence.com/articles/acai-berry-
multi): Acai berry tablets and capsules from the Amazon – a deep-purple forest fruit and nine
quiet partners in one daily vegan capsule. Read the story →
- [Acerola Cherry Capsules – Vitamin C | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/acerola-
multi): Acerola cherry capsules – the West Indian cherry, naturally rich in vitamin C, with
quiet plant partners. Read the story →
- [African Mango Extract Capsules | Vitadefence](https://vitadefence.com/articles/african-
mango): African mango (Irvingia gabonensis) seed extract capsules – the West African forest
seed in a daily vegan capsule. Read the story →
- [Aloe Vera Capsules & Tablets – Inner-Leaf | Vitadefence]
(https://vitadefence.com/articles/aloe-vera-multi): Aloe vera capsules and tablets – inner-leaf
```

gel concentrate with quiet plant partners for the daily ritual. Read the story →

- [Amino Acid Capsules – BCAAs & Glutamine | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/amino-acid-multi>): An amino acid capsule with BCAAs, l-glutamine and the supporting spine. The plain everyday amino blend, no scoop required. Read the story →

- [Apple Cider Vinegar Capsules – ACV | Vitadefence](<https://vitadefence.com/articles/apple-cider-multi>): Apple cider vinegar capsules – the kitchen-cupboard tradition without the sting on the teeth. The morning ACV ritual, in a capsule. Read the story →

- [Apple Cider Vinegar: What It Is (The Honest Version) |]

(<https://vitadefence.com/articles/apple-cider-vinegar>): Apple cider vinegar explained honestly: what it is, what 'the mother' means, its long kitchen history - and a straight word on the claims we.

- [Artichoke Capsules – Cynarin, Black Garlic & Bitters |]

(<https://vitadefence.com/articles/artichoke-multi>): Artichoke leaf capsules with black aged garlic, beetroot, burdock, turmeric and choline. The bitter principle, in one daily capsule. Read the full story.

- [Ashwagandha Capsules UK – KSM-66 & Cordyceps |]

(<https://vitadefence.com/articles/ashwagandha-multi>): Ashwagandha capsules and tablets – KSM-66 with cordyceps, ginseng, maca, reishi and a B-vitamin spine. Ayurvedic rasayana, one daily. Read the story →

- [Bilberry Lutein & Zeaxanthin Capsules | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/bilberry-multi>): Bilberry with lutein and zeaxanthin in vegan capsules – the dark hedgerow berry and the macular pigments. Read the story →

- [Botanical Fibre – Quality Raw Materials | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/botanical-fibre-multi>): A quiet daily fibre blend built on quality botanical raw materials – soluble fibre and plant partners for the morning glass. Read the story →

- [Botanical Multi – Quality Raw Materials | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/botanical-multi>): A daily botanical capsule built on quality raw materials, led by aloe vera at 3,000mg with quiet plant partners. Read the story →

- [Chlorella vs Spirulina: What's the Difference? |]

(<https://vitadefence.com/articles/chlorella-vs-spirulina>): Chlorella vs spirulina explained simply: what each one is, where it comes from, how they differ in nutrition, taste and form, and how to choose.

- [Collagen and Vitamin C: Why They Go Together | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/collagen-and-vitamin-c>): Collagen and vitamin C explained: what collagen is, marine vs bovine, and the one authorised claim that matters - vitamin C contributes to normal collagen.

- [Collagen Multi – Orange Powder & Multivitamin |](<https://vitadefence.com/articles/collagen-multi>):

Collagen multivitamin in an orange powder shake – 11g bovine collagen, glucosamine, chicory fibre and full vit/mineral premix. Read the story →

- [Cranberry Capsules with Live Cultures | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/cranberry-multi>): Cranberry concentrate capsules with live cultures and vitamin C – the New England bog berry in a daily vegan capsule. Read the story →

- [Creatine Monohydrate Unflavoured – 500g UK | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/creatine-monohydrate>): Pure unflavoured creatine monohydrate, 500g, 100 servings at 5g. Informed Manufacturer grade, no fillers. The most studied molecule in the gym.

- [Creatine Chocolate Recovery Shake | Vitadefence](<https://vitadefence.com/articles/creatine-multi>): Chocolate recovery shake with creatine, whey, BCAAs, glutamine, collagen and a full vitamin premix. One scoop after the session. Read the story →

- [Dandelion Root Capsules – Taraxacum | Vitadefence]

(<https://vitadefence.com/articles/dandelion-multi>): Dandelion root (Taraxacum officinale) with quiet plant partners – the lawn weed your grandmother brewed as tea. Read the story →

- [Digestive Enzyme Multi – turmeric, ACV & enzymes |]

(<https://vitadefence.com/articles/digestive-enzyme-multi>): Digestive enzyme capsules with turmeric, apple cider vinegar, fennel, peppermint, ginger and a six-enzyme blend. UK-made. Read the full story.

... 4 líneas más - el archivo completo está en tu pack

Los datos estructurados

Los bloques Organization y WebSite contruidos a partir de tu propio sitio: nombre, url, logo, perfiles, punto de contacto; un bloque LocalBusiness solo cuando tu sitio indica una dirección postal.

Pega los bloques en el head; así las máquinas conocen tu nombre, logo, contacto y perfiles.

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
 VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 20 / 69

JSON-LD

Los datos estructurados

Los bloques Organization y WebSite contruidos a partir del propio sitio - name, url, logo, los perfiles sociales, el punto de contacto - y un bloque LocalBusiness solo cuando el sitio declara una dirección postal.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

Los datos estructurados

organization.jsonld (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

```

<script type="application/ld+json">
{
  "@context": "https://schema.org",
  "@type": "Organization",
  "name": "Vitadefence UK",
  "url": "https://vitadefence.com",
  "logo": "https://vitadefence.com/og-hero.jpg",
  "sameAs": [
    "https://facebook.com/vitadefence",
    "https://instagram.com/vitadefence",
    "https://tiktok.com/@vitadefence",
    "https://x.com/vitadefence",
    "https://youtube.com/@vitadefence"
  ],
  "contactPoint": [
    {
      "@type": "ContactPoint",
      "contactType": "atención al cliente",
      "email": "info@vitadefence.com"
    }
  ],
  "description": "63 premium supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK · GMP certified · FREE Royal Mail Tracked 48h delivery."
}
</script>

```

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 20 / 69

Copia cada bloque y pégalo donde indica el comentario de la parte de arriba del bloque. 2 archivos en este pack.

organization.jsonld

```

<script type="application/ld+json">
{
  "@context": "https://schema.org",
  "@type": "Organization",
  "name": "Vitadefence UK",
  "url": "https://vitadefence.com",
  "logo": "https://vitadefence.com/og-hero.jpg",
  "sameAs": [
    "https://facebook.com/vitadefence",
    "https://instagram.com/vitadefence",
    "https://tiktok.com/@vitadefence",

```

```
    "https://x.com/vitadefence",
    "https://youtube.com/@vitadefence"
  ],
  "contactPoint": [
    {
      "@type": "ContactPoint",
      "contactType": "atención al cliente",
      "email": "info@vitadefence.com"
    }
  ],
  "description": "63 premium supplements (mostly plant-based) · HPMC capsules · Made in the UK  
· GMP certified · FREE Royal Mail Tracked 48® delivery."
}
</script>
```

website.jsonld

```
<script type="application/ld+json">
{
  "@context": "https://schema.org",
  "@type": "WebSite",
  "name": "Vitadefence UK",
  "url": "https://vitadefence.com"
}
</script>
```

La Hoja de Citabilidad

Página por página, cuántos párrafos puede extraer y citar entero un motor de respuesta, y cuántos empiezan con una palabra que rompe la cita.

Reescribe las aperturas que rompen una cita; más párrafos que un motor pueda extraer enteros.

 AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 21 / 69

CSV · 10 FILAS

La Hoja de Citabilidad

Página por página, cuántos párrafos puede extraer y citar entero un motor de respuesta, y cuántos empiezan con una palabra que rompe la cita.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

La Hoja de Citabilidad

quotability.csv (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

URL relevante	Paragraphs	Liftable	Liftable ratio	Orphan openings
https://vitadefence.com/	98	98	1.0	0
https://vitadefence.com/articles	73	73	1.0	0
https://vitadefence.com/articles/acai-berry-multi	40	34	0.85	6
https://vitadefence.com/articles/acerola-multi	36	29	0.81	6
https://vitadefence.com/articles/african-mango	29	20	0.69	7
https://vitadefence.com/articles/aloe-vera-multi	36	31	0.86	3
https://vitadefence.com/articles/amino-acid-multi	33	23	0.7	9
https://vitadefence.com/articles/apple-cider-multi	30	26	0.87	3

» 2 FILAS MÁS EN EL ARCHIVO

AUDITLOGIA · UNA AUDITORIA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 21 / 69

Descargar la hoja de cálculo - quotability.csv

URL relevante	Paragraphs	Liftable	Liftable ratio	Orphan openings
https://vitadefence.com/	98	98	1.0	0
https://vitadefence.com/articles	73	73	1.0	0
https://vitadefence.com/articles/acai-berry-multi	40	34	0.85	6
https://vitadefence.com/articles/acerola-multi	36	29	0.81	6
https://vitadefence.com/articles/african-mango	29	20	0.69	7
https://vitadefence.com/articles/aloe-vera-multi	36	31	0.86	3
https://vitadefence.com/articles/amino-acid-multi	33	23	0.7	9
https://vitadefence.com/articles/apple-cider-multi	30	26	0.87	3

URL relevante	Paragraphs	Liftable	Liftable ratio	Orphan openings
https://vitadefence.com/articles/apple-cider-vinegar	13	12	0.92	1
https://vitadefence.com/articles/artichoke-multi	33	23	0.7	4

El mapa de descubrimiento

El sitemap.xml para guardar en la raíz, cada URL que encontró el rastreo, y la versión en HTML para enlazar desde el pie de página.

Guarda el sitemap en la raíz y enlaza la versión HTML desde el pie.

AL

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 22 / 69

TXT

El mapa de descubrimiento

Un sitemap.xml en el formato publicado, con las direcciones que pudo leer esta ejecución - uno inicial si no tienes ninguno, una comparación si ya tienes uno - y la versión en HTML para enlazar desde el pie de página.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

El mapa de descubrimiento

sitemap-and-links.txt (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

```
# CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
#
# En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):
#
# sitemaps.org (protocolo 0.9): un Sitemap debe "Begin with an opening <urlset> tag and
# end with a closing </urlset> tag", "Specify the namespace (protocol standard) within
# the <urlset> tag", "Include a <url> entry for each URL, as a parent XML tag" y
# "Include a <loc> child entry for each <url> parent tag". "All other tags are
# optional." "The file itself must be UTF-8 encoded." "All URLs in a Sitemap must be
# from a single host." Guarda el archivo en la raíz de tu sitio y enlaza la versión en
# HTML desde tu pie de página.
#
# fuente: sitemaps.org/protocol.html

1. Este archivo enumera 423 direcciones que esta ejecución pudo leer en tu sitio.
Si tu sitio YA tiene un sitemap.xml, no lo sustituyas por este - abre ambos y añade lo que te falte.
Si tu sitio no tiene ninguno, guarda esto como sitemap.xml en la raíz de tu sitio:

<?xml version="1.0" encoding="UTF-8"?>
<urlset xmlns="http://www.sitemaps.org/schemas/sitemap/0.9">
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/</loc>
    <lastmod>2026-09-06T23:44:53.550Z</lastmod>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/account</loc>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/articles</loc>
    <lastmod>2026-09-06T23:44:53.550Z</lastmod>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/articles/acai-berry-multi</loc>
    <lastmod>2026-05-09T00:00:00.000Z</lastmod>
  </url>
</urlset>
```

+ 2139 MORE LINES IN THE FILE

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 22 / 69

Copia cada bloque y pégalo donde indica el comentario de la parte de arriba del bloque. 1 archivo en este pack.

sitemap-and-links.txt

```
# CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
#
# En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):
#
# sitemaps.org (protocolo 0.9): un Sitemap debe "Begin with an opening <urlset> tag and
# end with a closing </urlset> tag", "Specify the namespace (protocol standard) within
# the <urlset> tag", "Include a <url> entry for each URL, as a parent XML tag" y
# "Include a <loc> child entry for each <url> parent tag". "All other tags are
```

```
# optional." "The file itself must be UTF-8 encoded." "All URLs in a Sitemap must be
# from a single host." Guarda el archivo en la raíz de tu sitio y enlaza la versión en
# HTML desde tu pie de página.
#
# fuente: sitemaps.org/protocol.html
```

1. Este archivo enumera 423 direcciones que esta ejecución pudo leer en tu sitio.
Si tu sitio YA tiene un sitemap.xml, no lo sustituyas por este - abre ambos y añade lo que te falte.
Si tu sitio no tiene ninguno, guarda esto como sitemap.xml en la raíz de tu sitio:

```
<?xml version="1.0" encoding="UTF-8"?>
<urlset xmlns="http://www.sitemaps.org/schemas/sitemap/0.9">
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/</loc>
    <lastmod>2026-09-06T23:44:53.550Z</lastmod>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/account</loc>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/articles</loc>
    <lastmod>2026-09-06T23:44:53.550Z</lastmod>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/articles/acai-berry-multi</loc>
    <lastmod>2026-05-09T00:00:00.000Z</lastmod>
  </url>
  <url>
    <loc>https://vitadefence.com/articles/acerola-multi</loc>
    <lastmod>2026-05-09T00:00:00.000Z</lastmod>
  </url>
  <url>
```

... 2134 líneas más - el archivo completo está en tu pack

Las señales de confianza

Qué señales de confianza llevan tus páginas y cuáles no, cada una con la etiqueta de la que se leyó.

Añade las señales que faltan en tus páginas; cada fila nombra la etiqueta que añadir.

AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
 VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 23 / 69
 TXT

Las señales de confianza

Qué señales de confianza llevan tus páginas y cuáles no, cada una con la etiqueta de la que se leyó. Sin puntuación, porque ninguna especificación publicada define una.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

Las señales de confianza

trust-signals.txt (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

```

# CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
#
# En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):
#
# Nada que instalar. Esta es una lista de qué señales de confianza llevan y no llevan
# tus propias páginas, cada una con la etiqueta o el texto del que se leyó, para que una
# persona pueda comprobar cada línea. No existe ninguna especificación publicada que
# defina una puntuación de confianza, así que aquí no se da ninguna y no debería
# aceptarse ninguna de nadie.

10 página(s) leídas. Las 8 señales de contenido están todas ahí. Cada línea lleva la etiqueta o el texto del que se leyó. No damos ninguna puntuación, porque ninguna
especificación publicada define una

- el autor está enlazado a una página sobre ese autor: encontrado en 8 de las 10 página(s) leídas
- una fecha de publicación o actualización que un lector pueda ver: encontrado en 2 de las 10 página(s) leídas
- enlaces a fuentes en otros dominios: encontrado en 1 de las 10 página(s) leídas
- una fecha de publicación o actualización que un lector pueda ver: 8 página(s) llevan en el código una fecha que un lector nunca ve en la página

```

AUDITLOGIA · UNA AUDITORIA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO
 PIEZA 23 / 69

Copia cada bloque y pégalo donde indica el comentario de la parte de arriba del bloque. 1 archivo en este pack.

trust-signals.txt

```

# CÓMO INSTALAR ESTE ARCHIVO
#
# En palabras de la empresa que publicó la especificación (texto original en inglés):
#
# Nada que instalar. Esta es una lista de qué señales de confianza llevan y no llevan
# tus propias páginas, cada una con la etiqueta o el texto del que se leyó, para que una
# persona pueda comprobar cada línea. No existe ninguna especificación publicada que
# defina una puntuación de confianza, así que aquí no se da ninguna y no debería
# aceptarse ninguna de nadie.

10 página(s) leídas. Las 8 señales de contenido están todas ahí. Cada línea lleva la etiqueta o
el texto del que se leyó. No damos ninguna puntuación, porque ninguna especificación publicada
define una

- el autor está enlazado a una página sobre ese autor: encontrado en 8 de las 10 página(s)
leídas

```

- una fecha de publicación o actualización que un lector pueda ver: encontrado en 2 de las 10 página(s) leídas
- enlaces a fuentes en otros dominios: encontrado en 1 de las 10 página(s) leídas
- una fecha de publicación o actualización que un lector pueda ver: 8 página(s) llevan en el código una fecha que un lector nunca ve en la página

GRUPO

Inteligencia de búsqueda

1 pieza.

Páginas relevantes

Tus páginas que se posicionan para más búsquedas.
Las páginas que hacen el trabajo hoy, donde una mejora rinde más rápido.

AL AUDITLOGIA

TU PACK · MEDIDO EN TU SITIO
VITADEFENCE.COM · 27 SEPT 2026

PIEZA 60 / 69

INTELIGENCIA DE BÚSQUEDA · 61 FILAS

Páginas relevantes

Inteligencia de búsqueda: la respuesta medida para vitadefence.com, 61 filas, cada columna en palabras claras.

EL PAQUETE

AUDITLOGIA · TU PACK

Páginas relevantes

Medido en directo (medido en vitadefence.com, 27 de septiembre de 2026)

Inteligencia de búsqueda

Dirección de la página	Pos 1	Pos 2 3	Pos 4 10	Pos 11 20	Pos 21 30	Pos 31 40
https://vitadefence.com/products/creatine-monohydrate	0	0	0	0	0	3
https://vitadefence.com/blog/spirulina-vs-chlorella-which-green-...	0	0	0	0	0	2
https://vitadefence.com/reviews	0	0	0	2	3	6
https://vitadefence.com/blog/best-supplements-urinary-health-cra...	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/products/l-glutamine	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/blog/msm-vs-glucosamine-vs-collagen-join...	0	0	0	0	1	4
https://vitadefence.com/products/whey-protein-multi	0	0	0	0	1	3
https://vitadefence.com/products/maca-root-multi	0	0	0	0	0	0

Dirección de la página Absolute URL of the relevant page · **Pos 1** Number of organic SERPs where the domain ranks #1 · **Pos 2 3** Number of organic SERPs where the domain ranks #2-3 · **Pos 4 10** Number of organic SERPs where the domain ranks #4-10 · **Pos 11 20** Number of organic SERPs where the domain ranks #11-20 · **Pos 21 30** Number of organic SERPs where the domain ranks #21-30 · **Pos 31 40** Number of organic SERPs where the domain ranks #31-40

» 53 FILAS MÁS EN EL ARCHIVO

AUDITLOGIA · UNA AUDITORÍA · TODO MEDIDO, NADA ESTIMADO

PIEZA 60 / 69

Tus páginas que se posicionan para más búsquedas. Las páginas que hacen el trabajo hoy, donde una mejora rinde más rápido.

Dirección de la página	Pos 1	Pos 2 3	Pos 4 10	Pos 11 20	Pos 21 30	Pos 31 40
https://vitadefence.com/products/creatine-monohydrate	0	0	0	0	0	3
https://vitadefence.com/blog/spirulina-vs-chlorella-which-green-superfood	0	0	0	0	0	2
https://vitadefence.com/reviews	0	0	0	2	3	6
https://vitadefence.com/blog/best-supplements-urinary-health-cranberry	0	0	0	0	0	0

Dirección de la página	Pos 1	Pos 2 3	Pos 4 10	Pos 11 20	Pos 21 30	Pos 31 40
https://vitadefence.com/products/l-glutamine	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/blog/msm-vs-glucosamine-vs-collagen-joints	0	0	0	0	1	4
https://vitadefence.com/products/whey-protein-multi	0	0	0	0	1	3
https://vitadefence.com/products/macaroot-multi	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/products/msm-vitamin-c	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/blog/best-supplements-women-over-40	0	0	0	0	0	0
https://vitadefence.com/products/digestive-enzyme-multi	0	0	0	0	1	1
https://vitadefence.com/products/krill-oil-antarctic	0	0	0	0	0	0

49 filas más en la respuesta.

PARTE 2

Tus descargas

Una auditoría de pago de vitadefence.com, entregada como 5 PDF.
Llegaron con tu correo de informe y se quedan en tu enlace permanente.

Qué contiene cada uno

El informe - la propia auditoría: cada fallo encontrado en vitadefence.com, y su corrección.

Las hojas de trabajo - tu hoja de palabras clave, tu plan de correcciones, tu hoja de backlinks y el archivo que le entregas a una IA.

El informe de visibilidad en IA e internacional - cómo leen tu sitio los rastreadores de IA y otros países, y los archivos que lo corrigen.

PARTE 3

Dale esto a tu IA

El archivo de agente que le dice a una IA qué se midió y qué archivo de tu paquete contiene cada corrección. Cada bloque para pegar ya está impreso en las partes 2 y 3 de este libro, así que nada de eso se repite aquí.

```
---
name: vitadefence-com-site
description: >-
  Todo lo medido en vitadefence.com en su propia auditoría, y los archivos terminados que llegaron
  con ello. Usa esto cuando una pregunta trate sobre vitadefence.com - qué le pasa, qué
  ya se ha escrito para ella, y el orden para aplicar las correcciones.
---
```

vitadefence.com - lo que encontró su auditoría

Este archivo se escribió a partir de la propia auditoría de **vitadefence.com**. Cada línea de abajo es lo que se midió en ese sitio, no un consejo general.

Usa esto primero

Cuando alguien pregunte sobre vitadefence.com, lee este archivo antes de responder. Dice qué comprobaciones se ejecutaron, qué encontró cada una, y qué archivo de este paquete ya contiene la corrección. Si una comprobación aparece bajo **no completadas**, dílo así - no rellenes el hueco con una suposición.

Qué se encontró, y el archivo que lo corrige

Cómo se descubre el sitio

423 dirección(es) encontradas en 25 página(s) leídas. 421 ya están en el propio sitemap del sitio, 2 no lo están, y no pudimos leer 0 entrada(s) del sitemap.

Archivo de este paquete:

- `packs/07-discovery/sitemap-and-links.txt` (127746 bytes)

Señales de confianza

10 página(s) leídas. Las 8 señales de contenido están todas ahí. Cada línea lleva la etiqueta o el texto del que se leyó. No damos ninguna puntuación, porque ninguna especificación publicada define una

Archivo de este paquete:

- `packs/08-trust-signals/trust-signals.txt` (1169 bytes)

El archivo llms.txt y sus gemelos en markdown

construido a partir de 25 páginas propias de este sitio, usando sus títulos y descripciones reales - no hemos escrito ninguna frase

Archivos de este paquete:

- `packs/04-llms-txt/link-header.txt` (676 bytes)
- `packs/04-llms-txt/llms.txt` (7135 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/INDEX.md` (3089 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-acai-berry-multi-md.md` (10960 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-acerola-multi-md.md` (10453 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-african-mango-md.md` (7193 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-aloe-vera-multi-md.md` (10746 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-amino-acid-multi-md.md` (9846 bytes)

- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-apple-cider-multi-md.md` (8853 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-apple-cider-vinegar-md.md` (2049 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-artichoke-multi-md.md` (12006 bytes)
- `packs/04-llms-txt/markdown/vitadefence-com-articles-ashwagandha-multi-md.md` (12430 bytes)
- y 16 más bajo `packs/04-llms-txt`

El botón de fuentes preferidas

pega la línea del script en <head> y el div donde debería aparecer el botón; se renderiza automáticamente en el propio idioma del lector. Páginas comprobadas: 1: <https://vitadefence.com>

Archivo de este paquete:

- `packs/02-preferred-sources/preferred-sources-button.html` (1170 bytes)

Datos estructurados

construido a partir de 8 dato(s) que este sitio declara sobre sí mismo. No hemos inventado nada; cualquier cosa que pida el ejemplo de Google y que el sitio nunca diga está bajo «missing» para que la rellenes. Valídalo con su Rich Results Test antes de publicarlo: search.google.com/test/rich-results

Archivos de este paquete:

- `packs/05-structured-data/organization.jsonld` (745 bytes)
- `packs/05-structured-data/website.jsonld` (171 bytes)

Comprobado, y no hizo falta ningún archivo

Estas se ejecutaron sin problemas y no generaron nada que pegar - o no había nada que cambiar, o la comprobación informa en vez de generar. En sus propias palabras:

- **Qué motores de respuesta tienen acceso** - todos los rastreadores que deciden si una IA puede citarte ya pueden acceder a este sitio. Aquí no hay nada que corregir.
- **Motor por motor** - los 5 motores comprobados pueden acceder a este sitio. Nada que cambiar. 6 elemento(s) no comprobados, y lo decimos. No afirmamos nada sobre ellos.
- **Cuán citable es el texto** - 369 de 421 párrafos en 10 página(s) se pueden citar enteros tal como están. Tu sitemap indicaba 421 dirección(es) cuando esta comprobación lo leyó; nosotros leímos 10.
- **Los bloques de esquema adicionales** - no generamos ningún bloque. Nada en esta página la marca como artículo, producto o aplicación de software. No inventamos nada para crear uno. Comprueba todo lo que publiques con la prueba de resultados enriquecidos de Google: search.google.com/test/rich-results

No completado en esta ejecución

Se intentaron y no terminaron. **No son resultados limpios.** Si una pregunta toca alguna de ellas, la respuesta honesta es que no se midió.

- **Declaraciones de idioma** - ProxyRequired: se rechaza obtener vitadefence.nl directamente: no hay DESKEXE_RESIDENTIAL_PROXY configurado y el host no es nuestro (ley de scraping, 2026-07-26)

El orden para aplicarlas

Las carpetas están numeradas en el orden en que deben aplicarse - las primeras hacen que funcionen las posteriores.

1. `packs/01-hreflang`
2. `packs/02-preferred-sources`
3. `packs/03-ai-crawlers`

4. `packs/04-llms-txt`
5. `packs/04-llms-txt/markdown`
6. `packs/05-structured-data`
7. `packs/06-quotability`
8. `packs/07-discovery`
9. `packs/08-trust-signals`
10. `packs/09-per-engine`
11. `packs/10-extra-blocks`

5 de 10 comprobaciones generaron un archivo. 4 no tenían nada que cambiar. 1 no se completaron.

PARTE 4

Las respuestas en bruto de la ejecución

Todo lo demás que esta auditoría compró para ti, exactamente tal como llegó. Estos son archivos, no lectura: están en tu paquete en tu enlace permanente, y se nombran aquí para que sepas qué tienes.

Qué más hay en tu paquete

La Hoja de Enlaces Entrantes

¿Te recomienda la IA?

El Esquema Listo para Pegar

El Desmontaje del Rival

El plan de estructura del sitio

El plan de páginas

El Inicio para Búsqueda de Pago

El Plan de Pruebas

Ideas de Marketing que Respaldan tus Cifras

El Bloque Hreflang

¿Pueden leerte los motores de respuesta?

Qué motores de IA pueden acceder a ti

Los Bloques Adicionales Legibles por Máquina

Palabras clave en la IA · volumen de búsqueda

Menciones en la IA · histórico

Menciones en la IA · menciones en búsquedas

Menciones en la IA · las cifras de tu sitio

Menciones en la IA · el cambio mes a mes

Menciones en la IA · nuevas y perdidas, mes a mes

Al scraper

Textos de enlace

Enlaces entrantes

Enlaces entrantes

Enlaces entrantes nuevos y perdidos

Dominios de referencia nuevos y perdidos

Resumen de páginas

Ranks

Dominios de referencia

Puntuación de spam

Resumen de las páginas del dominio

Historial

Dominios de referencia

Redes de referencia

Resumen de nuevos y perdidos, mes a mes

Resumen mes a mes

Análisis de contenido · Search

Dificultad de las palabras clave

Volumen de búsqueda

Traffic estimation

Categorías de tus palabras clave

Sitios que se posicionan para las mismas búsquedas que tú

Datos históricos de palabras clave

Resultados de Google de otras fechas

Ideas de palabras clave

Resumen de palabras clave

Sugerencias de palabras clave

Palabras clave de tu sitio

Intención de búsqueda

Competidores en los resultados de Google

Subdominios

Datos reales de clics · volumen de búsqueda

Interés en tus términos a lo largo del tiempo

Una página medida en directo

Resultados de Google · cada resultado en la página

Resultados de Google · solo los resultados orgánicos

Resultados de Google · los resultados