



# Otimização de Desempenho no WordPress para maior performance



WORDPRESS

Oradora: Sónia Pereira  
02/07/2025

Sónia Pereira, 32 anos, Ribatejana de gema.

Sou uma ex-jornalista que descobriu, por um acaso, uma nova paixão: o Suporte Técnico.

A PTisp mostrou-me que é possível ser feliz numa área totalmente fora da minha zona de conforto. A esta casa e principalmente aos meus colegas, devo tudo aquilo que sei hoje...e à minha teimosia, também!

Iniciei o meu percurso no atendimento telefónico, passei pela área de Domínios, mas já bem ciente do que queria para o meu futuro: fazer parte de Tech Support.

Atualmente faço Tech Support na PTisp, onde todos os dias sou desafiada a querer saber mais, neste longo caminho que ainda tenho a percorrer.

Conjugo este emprego com um outro trabalho a tempo inteiro: ser mãe. Na verdade, foi por ser mãe que aqui vim parar!



ptisp



Código Promocional: **WP90WEBINAR**

Código válido até dia 4/07/2025, para encomendas anuais (1 ano) de qualquer um dos planos WordPress V2

# Objetivos principais



Hoje vamos explorar algumas técnicas de otimização para um website desenvolvido em WordPress e como tirar o máximo proveito de ferramentas como o **Softaculous** e o **WP Toolkit**;



Otimização desde a instalação, até técnicas de cache, segurança e limpeza de bases de dados.

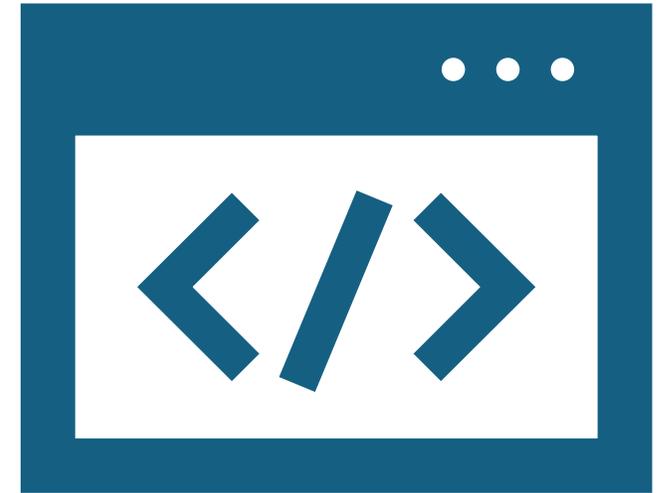


O objetivo é garantir que o seu website WordPress seja mais rápido, seguro e fácil de manter.

# Importância da Otimização no WordPress

- Experiência do Utilizador: sites rápidos retêm mais visitantes;
- SEO e Core Web Vitals: a performance afeta a classificação/ranking no Google;
- Conversão e Retenção: Sites rápidos aumentam as taxas de conversão.

O desempenho é um fator crucial. Sites lentos perdem visitantes, perdem posicionamento SEO e têm menores taxas de conversão. Para que um site tenha bom desempenho, é essencial considerar a experiência do utilizador e os Core Web Vitals do Google, métricas que refletem o tempo de carregamento e a estabilidade visual.

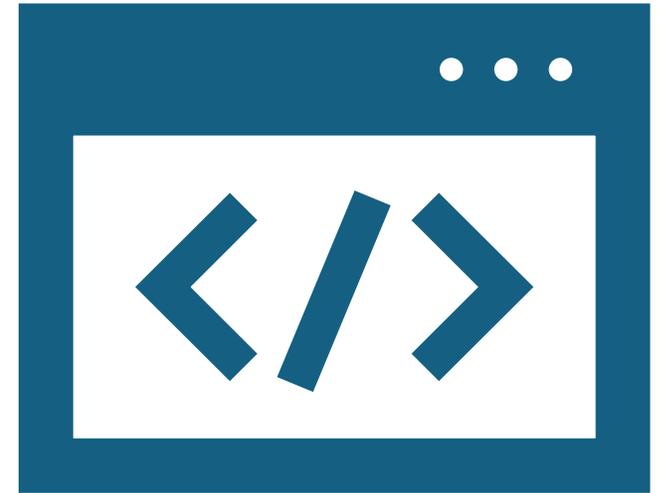


# Diagnóstico e Desempenho

- Ferramentas de Análise: Google PageSpeed Insights, GTmetrix;
- Métricas Principais: FCP; DCL; TBT; LCP; CLS; TTFB;
- Identificação de Gargalos;

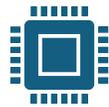
Antes de otimizar, é importante saber onde estão os problemas de desempenho. Ferramentas como **PageSpeed Insights** e **GTmetrix** mostram o tempo de carregamento, o impacto de cada recurso e o que está a comprometer a velocidade.

As métricas ajudam-nos a entender como o utilizador visualiza e interage com o conteúdo e mostra a velocidade de resposta do site.





**FCP (First Contentful Paint):** tempo que leva para o site mostrar conteúdo **visível no ecrã** para o utilizador, como um texto, uma imagem ou um ícone. Quanto mais rápido, melhor, pois o utilizador percebe que algo já começou a carregar.



**DCL (DOM Content Loaded):** momento em que o **HTML principal** do site terminou de carregar e foi organizado pelo browser, mesmo que imagens e estilos ainda estejam a carregar. Isso significa que a estrutura básica do site já está pronta.



**TBT (Total Blocking Time):** tempo total em que o site está "parado" e **não responde a cliques ou outras ações** do utilizador enquanto carrega. Quando esse tempo é longo, o site parece lento para quem está a tentar aceder.



**LCP (Largest Contentful Paint):** tempo que leva para o **maior elemento visível** do site (como uma grande imagem ou título) aparecer no ecrã. Essa métrica é importante porque indica quando a parte principal do conteúdo fica visível para o utilizador.



**CLS (Cumulative Layout Shift):** mede quanto o **layout da página se mexe enquanto carrega**. Por exemplo, se o texto ou imagens "saltam" no ecrã, pode frustrar o utilizador. Quanto menor o CLS, melhor é a experiência, pois o site fica mais estável enquanto carrega.



**TTFB (Time to First Byte):** tempo que o browser leva para **receber a primeira resposta** do servidor. Quanto menor o TTFB, mais rápido o servidor responde ao browser.



**A identificação de gargalos** é o processo de descobrir as partes do site que causam lentidão, de forma a corrigir e fazer o site carregar mais rápido e sem interrupções.

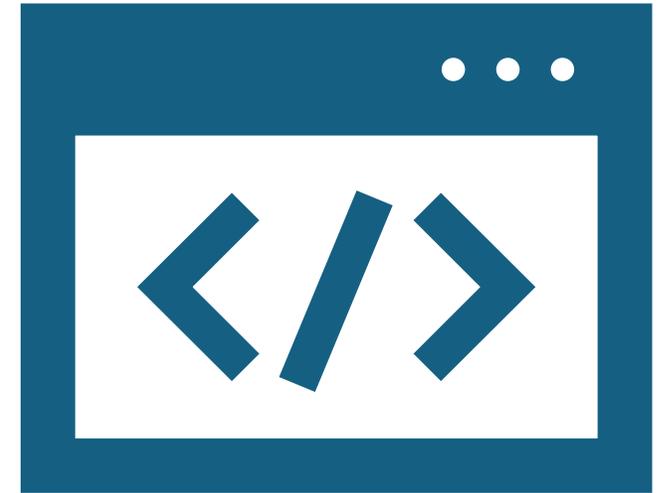
# A importância de um alojamento adequado

- O alojamento pode impactar diretamente o desempenho do website;
- Tipos de alojamento: partilhados, VPS, dedicados e Cloud;
- Alojamento otimizado para WordPress;

Escolher o alojamento correto terá vantagens na velocidade e estabilidade do site. Opções como VPS e servidores dedicados são geralmente melhores para sites com mais tráfego ou mais customizações.

Alojamentos otimizados para WordPress, disponibilizados pela grande maioria dos provedores de alojamentos, oferecem recursos adicionais de cache e suporte, facilitando a otimização.

Os alojamentos partilhados são uma boa opção para sites com pouco tráfego ou conteúdo mais estático, sem grande necessidade de personalizações.



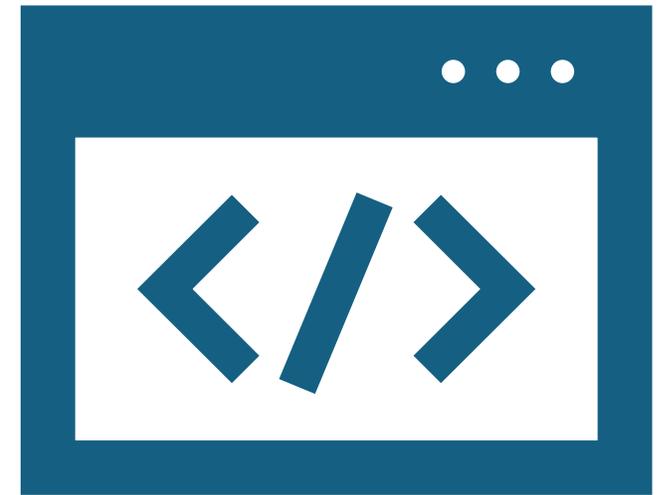
Código Promocional: **WP90WEBINAR**

Código válido até dia 4/07/2025, para encomendas anuais (1 ano) de qualquer um dos planos WordPress V2

# Cache no WordPress

- Os sistemas de cache podem melhorar o tempo de carregamento;
- Tipos de cache: de browser, de página, de objeto e de base de dados
- Plugins de Cache: WP Rocket, W3 Total Cache, LiteSpeed Cache.

Cache é uma técnica onde versões pré-renderizadas das páginas (“cópias”) são guardadas para acelerar o carregamento para o utilizador. Plugins como o **WP Rocket** e o **W3 Total Cache** permitem configurar diversos tipos de cache, como cache de páginas e objetos, para que o site responda mais rápido e use menos recursos





**Cache de Browser:** guarda arquivos do site, como imagens, CSS e JavaScript, diretamente no dispositivo do utilizador quando acede a um website pela primeira vez. Nas visitas seguintes, o browser usa esses arquivos em vez de descarregá-los novamente, acelerando o carregamento e economizando dados.



**Cache de Página:** armazena versões completas das páginas do site no servidor. Quando um visitante acede a uma página, o servidor entrega essa versão "pronta" sem reconstruir sempre a página, o que reduz o tempo de carregamento e o uso de recursos do servidor.



**Cache de Objeto:** guarda alguns dados reutilizáveis, como partes de menus ou configurações de utilizador, que o site precisa com frequência. Essa cache economiza tempo e melhora a velocidade ao evitar que o site consulte a base de dados repetidamente para obter as mesmas informações.



**Cache de Base de Dados:** armazena respostas para consultas à base de dados, de modo a que, se outra pessoa fizer a mesma consulta logo em seguida, o site usa a resposta já guardada em cache. Isso alivia a carga sobre a base de dados e torna o site mais rápido e eficiente.

# Otimização de Imagens

- Imagens grandes podem atrasar o carregamento;
- Ferramentas: TinyPNG, ShortPixel, Imagify.
- Lazy Loading e formatos modernos (**WebP**).

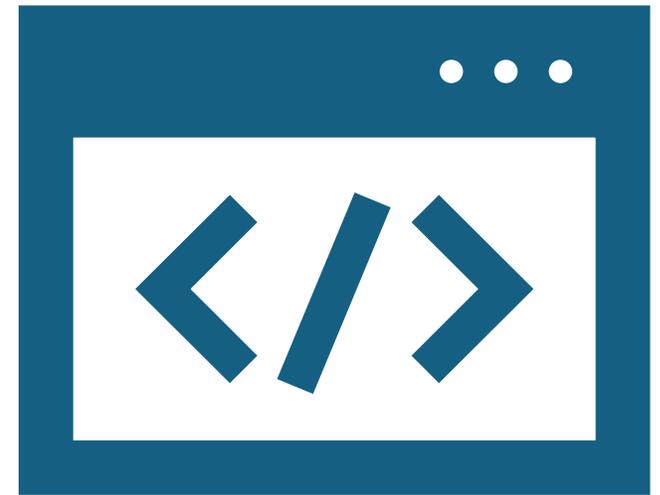
Imagens otimizadas são cruciais para o desempenho do website.

Ferramentas/plugins como o **TinyPNG** e **Imagify** comprimem imagens sem perder qualidade, enquanto o **Lazy Loading** carrega imagens apenas quando o utilizador navega até às mesmas.

Formatos modernos como **WebP** também reduzem o tamanho dos arquivos, acelerando o site.

Também é possível otimizar imagens sem instalar plugins, através de ações manuais: evitar o upload de resolução maior que o necessário; redimensionar imagens no Backoffice do WordPress.

Importante gerir os conteúdos/imagens carregados na Biblioteca do WordPress, eliminando as que não estão em utilização.



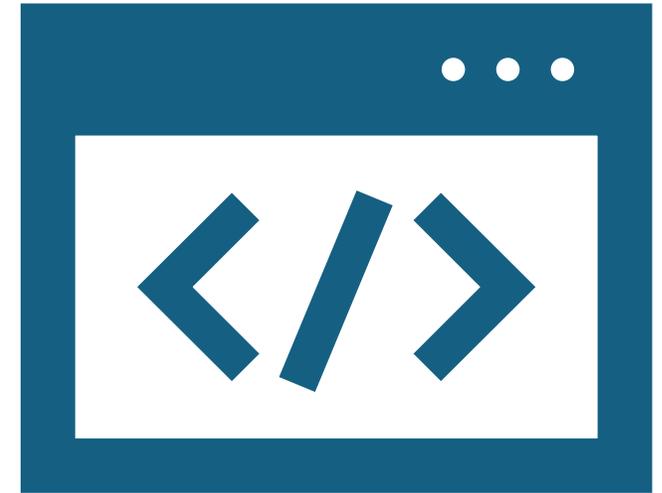
# Otimizar a Base de Dados

- Eliminar dados desnecessários melhora a resposta do banco de dados.
- Plugins de Limpeza: WP-Optimize, Advanced Database Cleaner.

Ao longo do tempo, a base de dados acumula dados desnecessários ou duplicados, como retificações e spam, impactando o desempenho.

Plugins como **WP-Optimize** ajudam a limpar dados antigos e desnecessários, otimizando as consultas da base de dados e acelerando o site.

É essencial simplificar e reduzir o número de pedidos à Base de dados, diminuindo o tempo de resposta do site e o consumo de recursos do servidor: limitar o número de posts exibidos por página; desativar plugins desnecessários que possam fazer consultas extras e usar plugins de cache.

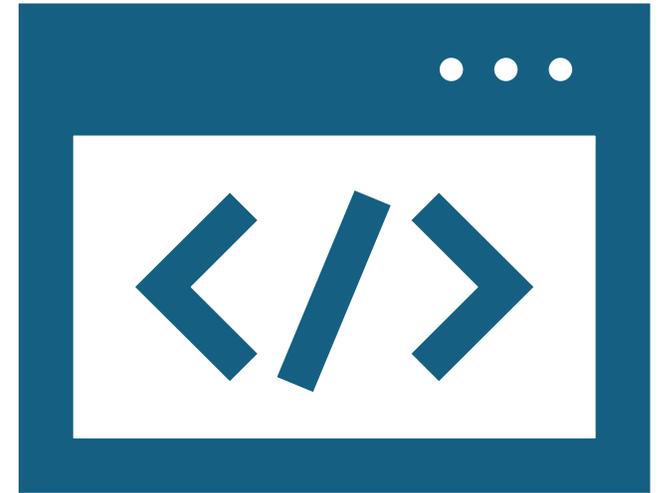


# Gestão de Plugins e temas

- Muitos plugins podem comprometer o desempenho.
- Escolha plugins multifuncionais e elimine os redundantes.
- Temas leves são mais rápidos.
- Exemplos de temas: Astra, Zakra, Neve

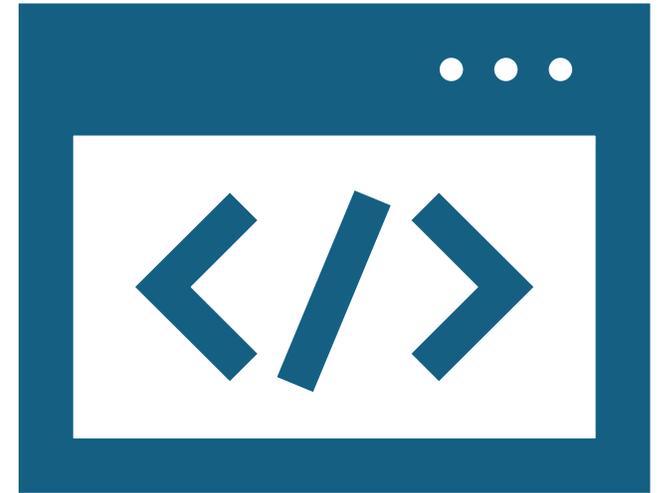
Plugins demais causam lentidão. Reduza o número de plugins optando por aqueles que têm várias funcionalidades, removendo os redundantes. Avaliar periodicamente os plugins que são realmente necessários ajuda a manter o site rápido.

O tema também afeta o desempenho. Temas bem codificados, como o **Astra**, entre muitos outros, são leves e projetados para serem rápidos. Eles oferecem uma estrutura limpa, o que reduz o tempo de carregamento e o uso de recursos.



# Ferramentas Poderosas: Softaculous e WP Toolkit

- As ferramentas WP Toolkit e Manage WordPress by Softaculous podem facilitar a otimização do website WordPress, melhorando o desempenho, a segurança e a gestão de atualizações.
- São ferramentas intuitivas e user-friendly, por norma disponíveis nos painéis de controlo dos alojamentos, como cPanel e Plesk.



### ➤ WP Toolkit

- **Instalação e Configuração Simples** – Permite instalar o WordPress em poucos passos;
- **Atualizações Automáticas** – Mantém o website e plugins atualizados, melhorando a segurança;
- **Melhorias de Desempenho** – Recomenda otimizações para melhorar a velocidade;
- **Segurança Facilitada** – Realiza verificações e corrige vulnerabilidades automaticamente;

### ➤ Manage WordPress by Softaculous

- **Instalação Rápida** – Permite instalar o WordPress em poucos passos;
- **Backups Automatizados** – Protege o site com backups periódicos;
- **Gestão de Plugins e Temas** – Permite ativar, desativar e atualizar plugins e temas facilmente.
- **Ferramentas de Performance** – Tem algumas opções de cache e otimização para melhorar a velocidade do site.

O WP Toolkit oferece mais opções de configuração e segurança, enquanto o Manage WordPress by Softaculous é mais direto e fácil de usar.



## Apresentação prática:

- Softaculous;
- WP Toolkit.

- Código Promocional: **WP90WEBINAR**

*Código válido até dia 4/07/2025, para encomendas anuais (1 ano) de qualquer um dos planos WordPress V2*