





Avaliação do site theromanticiststudios.com

Gerado a 20 de Janeiro de 2026 03:00 AM

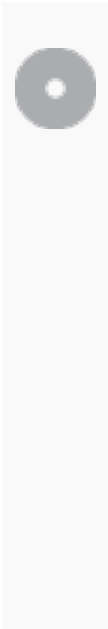
O resultado é de 56/100




Conteúdo SEO

|  | Título | <p>Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind</p> <p>Cumprimento : 53</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p> | | | | | | | | | | |
|--|---|---|-------------|----------|--------|-------|-----------|---------------------------|------|---------|-------|---|
|  | Descrição | <p>Explore how Coin ID Scanner, Number Tracker, Mind Elevate, and AI Plant Finder promote mental wellness through mindful learning, connection, cognitive play, and nature-based balance in your daily digital life.</p> <p>Cumprimento : 209</p> <p>Idealmente, a Descrição META deve conter entre 70 e 160 caracteres (incluindo espaços).</p> | | | | | | | | | | |
|  | Palavras-chave | <p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p> | | | | | | | | | | |
|  | Propriedades Og Meta | <p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table><thead><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>en_US</td></tr><tr><td>site_name</td><td>theromanticiststudios.com</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind - theromanticiststudios.com</td></tr></tbody></table> | Propriedade | Conteúdo | locale | en_US | site_name | theromanticiststudios.com | type | website | title | Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind - theromanticiststudios.com |
| Propriedade | Conteúdo | | | | | | | | | | | |
| locale | en_US | | | | | | | | | | | |
| site_name | theromanticiststudios.com | | | | | | | | | | | |
| type | website | | | | | | | | | | | |
| title | Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind - theromanticiststudios.com | | | | | | | | | | | |





Conteúdo SEO

| | | |
|---|------------|--|
| | | <div><div>description</div><div>Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind Technology, when used with intention, can nurture mental health as deeply as traditional wellness tools. Recent psychological studies highlight that purposeful engagement with apps—not endless scrolling—builds emotional stability, sharpens focus, and reduces anxiety. Calm comes not from escaping screens, but from using them consciously. Tech therapy [&hellip;]</div></div> <div><div>url</div><div>https://theromanticiststudios.com/</div></div> <div><div>image</div><div>https://theromanticiststudios.com/wp-content/uploads/2025/10/coin_main.webp</div></div> <div><div>image:secure_url</div><div>https://theromanticiststudios.com/wp-content/uploads/2025/08/cropped-logo.png</div></div> |
|  | Cabeçalhos | <div><div><div>H11</div><div>H26</div><div>H30</div><div>H40</div><div>H55</div><div>H60</div></div><div><ul style="list-style-type: none">• [H1] Tech Therapy: Small Digital Habits That Heal the Mind• [H2] Coin ID Scanner: Grounding Through Learning• [H2] Number Tracker: Anxiety Relief Through Connection• [H2] Mind Elevate: Neuroplasticity Meets Play• [H2] AI Plant Finder: Nature Exposure Through the Screen• [H2] Healing Through Interaction, Not Isolation• [H2] Recent Posts• [H5] YOU MAY HAVE MISSED• [H5] Coin ID Scanner vs CoinSnap: Which App Gives More Reliable Results for World Coins• [H5] Nutrition Strategies That Support Faster Muscle Recover• [H5] Understanding Player Performance Metrics Beyond Traditional Statistics• [H5] How to Choose Durable Running Shoes for Different Foot Types</div></div> |

Conteúdo SEO

| | | |
|--|--------|--|
|  | Iframe | Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página. |
|--|--------|--|

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 15 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros |
|  | Statistics | Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 20% Ligações internas 80% |


Ligações para a própria página

| Âncoras | Tipo | Sumo |
|--|----------|------------|
| Skip to content | Internas | Passa sumo |
| Home | Internas | Passa sumo |
| Blog | Internas | Passa sumo |
| Equipment | Internas | Passa sumo |
| Analysis | Internas | Passa sumo |
| Recovery | Internas | Passa sumo |
| Home | Internas | Passa sumo |
| coin value checker | Externas | Passa sumo |
| free phone tracker phone number | Externas | Passa sumo |
| Math educational games | Externas | Passa sumo |
| Coin ID Scanner vs CoinSnap: Which App Gives More Reliable Results for World Coins | Internas | Passa sumo |

Ligações para a própria página

| | | |
|--|----------|------------|
| Nutrition Strategies That Support Faster Muscle Recover | Internas | Passa sumo |
| Understanding Player Performance Metrics Beyond Traditional Statistics | Internas | Passa sumo |
| How to Choose Durable Running Shoes for Different Foot Types | Internas | Passa sumo |
| Recovery Ranger | Internas | Passa sumo |





Palavras-chave SEO

| | | |
|--|-------------------------|---|
|  | Núvem de palavras-chave | focus plant mental emotional users therapy digital calm coin mind |
|--|-------------------------|---|


Consistência das Palavras-chave

| Palavra-chave | Conteúdo | Título | Palavras-chave | Descrição | Cabeçalhos |
|---------------|----------|--------|----------------|-----------|------------|
| mind | 12 | ✓ | ✗ | ✓ | ✓ |
| calm | 10 | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |
| digital | 8 | ✓ | ✗ | ✓ | ✓ |
| users | 8 | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |
| coin | 7 | ✗ | ✗ | ✓ | ✓ |












Usabilidade

| | | |
|--|-------------------------|---|
|  | Url | Domínio : theromanticiststudios.com Cumprimento : 25 |
|  | Favicon | Ótimo, o site tem um favicon. |
|  | Facilidade de Impressão | Não encontramos CSS apropriado para impressão. |
|  | Língua | Otimo! A língua declarada deste site é en. |





Usabilidade

| | | |
|---|-------------|--|
|  | 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 : 0 Avisos : 0 |
|  | 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 | <div><div></div> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</div> <div><div></div> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</div> <div><div></div> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).</div> <div><div></div> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).</div> <div><div></div> Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</div> |

Dispositivos Móveis

| | | |
|---|-------------------------------------|---|
|  | Otimização para dispositivos móveis | <div><div></div> Icon Apple</div> <div><div></div> Meta Viewport Tag</div> <div><div></div> Conteúdo Flash</div> |
|---|-------------------------------------|---|

Otimização

| | | |
|--|-------------|---|
|  | XML Sitemap | <p>Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).</p> <div>https://theromanticiststudios.com/sitemap.xml</div> |
|  | Robots.txt | <p>http://theromanticiststudios.com/robots.txt</p> <p>Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.</p> |
|  | Analytics | <p>Em falta</p> <p>Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade.</p> <p>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.</p> |