

**@alinegregionutri**

Alimentação

São José do Rio Preto, SP · deduzida da bio e dos posts

56.979 seguidores

Pessoas que veem um post típico

436

cerca de 0,8% dos seguidores, pela mediana dos posts recentes

estimativa do Alcance Real

Ritmo

1 post a cada 3,1 dias

Engajamento no nicho

Atenção

Atualizado em

06/10/2026**Os sinais desta leitura**

Pico de alcance

5,25 × · Bom

Ritmo de publicação

3,1 dias · Bom

Engajamento vs nicho

0,11 × · Atenção

Comentários vs curtidas

9,76 · Bom**Como ler este kit**

Seguidor não é espectador. A partir das interações que as publicações receberam, o Alcance Real estima quantas pessoas costumam ver cada uma. O número é a mediana dos posts recentes: metade rende mais, metade rende menos, e um viral não puxa a conta. Os sinais dizem se o perfil publica com ritmo e se o engajamento está na faixa do nicho.