

**@barbarannutri**

Alimentação

Belo Horizonte, MG · deduzida da bio e dos posts

14.365 seguidores

Pessoas que veem um post típico

4.309

cerca de 30,0% dos seguidores, pela mediana dos posts recentes

estimativa do Alcance Real

Ritmo

1 post a cada 6,1 dias

Engajamento no nicho

Bom

Atualizado em

07/10/2026**Os sinais desta leitura**

Pico de alcance

3,61 × · Bom

Ritmo de publicação

6,1 dias · Bom

Engajamento vs nicho

1,52 × · Bom

Comentários vs curtidas

1,28 · 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.