

# @girlswhorun.pod

Fitness

**21.474** seguidores

Pessoas que veem um post típico

## 3.800

cerca de 17,7% dos seguidores, pela mediana dos posts recentes

estimativa do Alcance Real

| Ritmo | Engajamento no nicho | Atualizado em |
|---|---|---|
| 1 post a cada 1 dia | Bom | 22/11/2026 |

### Os sinais desta leitura

| | |
|---|---|
| Pico de alcance<br>**5,50 ×** · Bom | Ritmo de publicação<br>**1 dia** · Bom |
| Engajamento vs nicho<br>**1,42 ×** · Bom | Comentários vs curtidas<br>**2,55** · 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 mostram o que a leitura conseguiu avaliar.

Estimativa do Alcance Real a partir de dados públicos do Instagram: não é medição nem dado interno da plataforma, e não mostra contato nem preço.
Leitura completa e metodologia em alcancereal.com.br/br/fitness/@girlswhorun.pod.
Corrigir ou remover este perfil: https://alcancereal.com.br/contestar/@girlswhorun.pod
Gerado em 23/11/2026.