@saudeequalidadesempre

Fitness

350.242 seguidores

Pessoas que veem um post típico

2.764

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

estimativa do Alcance Real

Ritmo

1 post a cada 0,5 dias

Atualizado em

23/11/2026

Os sinais desta leitura

Pico de alcance
21,82 × · Bom

Ritmo de publicação
0,5 dias · 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/@saudeequalidadesempre.
Corrigir ou remover este perfil: https://alcancereal.com.br/contestar/@saudeequalidadesempre
Gerado em 23/11/2026.