

@tainahpicoli

Fitness

312.463 seguidores

Pessoas que veem um post típico

50.618

cerca de 16,2% dos seguidores, pela mediana dos posts recentes

estimativa do Alcance Real

Ritmo	Engajamento no nicho	Atualizado em
1 post a cada 1 dias	**Bom**	**20/11/2026**

Os sinais desta leitura

Pico de alcance **4,92 ×** · Bom	Ritmo de publicação **1 dia** · Bom
Engajamento vs nicho **0,85 ×** · Bom	Comentários vs curtidas **1,31** · 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/@tainahpicoli.
Corrigir ou remover este perfil: https://alcancereal.com.br/contestar/@tainahpicoli
Gerado em 23/11/2026.