

**@treinosdalu**

Fitness

7.140 seguidores

Pessoas que veem um post típico

545

cerca de 7,6% dos seguidores, pela mediana dos posts recentes

estimativa do Alcance Real

Ritmo

1 post a cada 4,9 dias

Engajamento no nicho

Atenção

Atualizado em

08/10/2026**Os sinais desta leitura**

Pico de alcance

3,30 × · Bom

Ritmo de publicação

4,9 dias · Bom

Engajamento vs nicho

0,22 × · Atenção

Comentários vs curtidas

6,90 · 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.