

A close-up portrait of a young woman with long, dark brown hair. She has a gentle smile and is looking slightly to her right. She is wearing a light blue t-shirt. The background is blurred, showing what appears to be a garden or park with greenery and a building.

CULTURA

ESTRATÉGIA

HISTÓRIA

# *Desmistificando os Maiores Mitos do Instagram*

POR LAYNE FREOLI

# *Introdução*

Se você usa o Instagram para divulgar seu trabalho, provavelmente já ouviu algumas "regras" sobre a plataforma.

*Mas e se eu te dissesse que muitas dessas regras são mitos?*

A verdade é que nem tudo o que funciona para um perfil funcionará para outro, e o algoritmo é mais inteligente do que parece.

Neste e-book, vamos desmistificar algumas crenças comuns e te mostrar, na prática, como testar o que realmente faz sentido para o seu perfil. Vamos lá?

Oie, eu sou a  
*Layne Freoli*

Olá! Eu sou Lay, sou social media e estrategista digital.

Nos últimos anos, ajudei diversas marcas a construírem uma presença forte no Instagram, combinando estratégias de conteúdo, humanização e marketing digital.

Meu objetivo é ajudar a entender o Instagram de forma descomplicada para que você possa criar **conteúdo inteligente, leve e autêntico**, construindo uma marca forte e se conectando de verdade com seu público.



@freolii

# *Postar sempre no horário de pico.*

Muita gente acredita que existe um único horário mágico para postar e ter mais engajamento.

Mas a verdade é que o melhor horário varia para cada perfil! O que funciona para um, pode não funcionar para outro.

## **Teste no seu Instagram:**

Vá até seu perfil e clique no **menu ≡** (três linhas no canto superior direito).

Toque em **Insights**.

Depois em novos seguidores, role até "**períodos mais ativos**".

Veja os **horários que fazem sentido para o seu público!**

**Dica extra:** Teste horários diferentes e analise os resultados! O algoritmo prioriza a entrega do seu conteúdo com base no comportamento do seu público, e não em uma regra fixa.

# *Postar todo dia para ter resultado.*

Postar diariamente pode até parecer uma estratégia eficiente, mas quantidade não é sinônimo de qualidade.

Se seu conteúdo não for relevante, ele não vai engajar, mesmo que você poste 7x por semana.

## **O que realmente importa:**

- ✓ **Consistência:** ter um calendário de postagens que você consiga manter.
- ✓ **Qualidade:** entregar valor ao seu público.
- ✓ **Engajamento:** interagir com os seguidores e criar conexões reais.

Se postar todo dia te sobrecarrega e compromete a qualidade do que você entrega, **foque em menos postagens, mas mais estratégicas.**

# *Tráfego pago tira o alcance orgânico.*

*"Se eu começar a investir em anúncios, o Instagram vai reduzir meu alcance orgânico para eu ter que pagar sempre."*

**Já ouviu essa?**

**Isso é um MITO!**

O tráfego pago não afeta negativamente o seu alcance orgânico. Na verdade, um bom anúncio pode impulsionar seu perfil, aumentar seu engajamento e até melhorar a entrega dos seus conteúdos gratuitos.

**Dica prática:** Teste impulsionar um post com bom engajamento e acompanhe seus insights. Você verá que o tráfego pago pode ajudar no crescimento do seu perfil sem prejudicar seu alcance orgânico.

# *Quanto mais seguidores, mais sucesso!*

Ter um número alto de seguidores pode ser bom para a autoridade do perfil, mas não significa que o negócio é lucrativo ou que há engajamento real. O que vale mais: 100 mil seguidores que não interagem ou 5 mil que compram e recomendam seus serviços?

## **Como analisar a qualidade do seu público:**

- ✓ Se você tem uma conta profissional no instagram, clique em **“Painel Profissional”**
- ✓ Veja as métricas de interação na opção **“Visualizações”**
- ✓ Se o engajamento for baixo, é um sinal de que seguidores não são tudo!

**Trabalhe conteúdos mais estratégicos para criar conexão.**

# *Apenas Reels funcionam no Instagram*

Os Reels têm ganhado destaque, mas o Instagram continua entregando bem outros formatos.

Carrosséis, posts estáticos e até stories desempenham papéis importantes na sua estratégia!

## **Teste no seu Instagram:**

- ✓ Se você tem uma conta profissional no instagram, clique em **“Painel Profissional”**
- ✓ Depois clique em **“Conteúdos que você compartilhou”**
- ✓ Por fim, analise a **entrega** e o **formato** dos seus conteúdos
- ✓ Você pode usar a ferramenta de **“Classificar e Filtrar”** destacada por um ícone, para avaliar com mais precisão

**O segredo é misturar formatos para manter seu perfil dinâmico e atrativo.**

*O Instagram é um universo em constante evolução. Mais importante do que seguir "regras" é testar e entender o que funciona para você!*