

CRIADORA DE CONTEÚDO, UGC E LIFESTYLE

Larissa *Freitas*

Mãe, empreendedora, confeitadeira e criadora de conteúdo. Rotina de verdade, treino, autocuidado e maternidade, contados com humor e sem filtro.

445 mil

VIEWS EM 90 DIAS

198 mil

CONTAS ALCANÇADAS

410 mil

MAIOR REEL

5.790 

SEGUIDORES, PERFIL
VERIFICADO

QUEM SOU

A vida real, *do jeito que ela é.*

Sou a Larissa, mãe, empreendedora, confeitadora, dona de casa e criadora de conteúdo. Antes das câmeras, construí minha trajetória em diversas experiências de trabalho, principalmente na área da beleza, e é daí que vem meu olhar cuidadoso para autocuidado e estética.

Amo gravar minha realidade: a rotina de quem empreende, cuida da casa, cria filho e ainda encontra tempo para treinar. Mostro produtos que realmente uso ou já usei, e comidas que sempre como e sei que são boas. Por isso minha indicação tem peso, ela nasce do uso de verdade.

Mãe

Empreendedora

Confeitadora

Dona de casa

Criadora UGC

Influenciadora Influplay

MEUS PILARES DE CONTEÚDO

01

Rotina

O dia a dia sem roteiro ensaiado, da cozinha da confeitaria às tarefas da casa.

02

Autocuidado

Skincare, beleza e bem estar, com a bagagem de quem trabalhou na área.

03

Treino

Academia com humor, evolução real e a luta de todo dia pelo shape.

04

Maternidade

Ser mãe e empreender ao mesmo tempo, com leveza e verdade.



Um alcance *muuito maior* que a própria base.

445.336

VISUALIZAÇÕES EM 90 DIAS

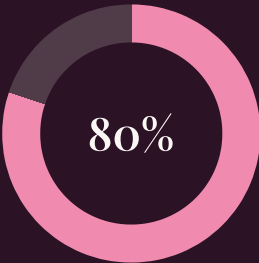
Com 5.790 seguidores, o conteúdo chegou a **198.235 contas diferentes**, cerca de 34 vezes o tamanho da base. O algoritmo entrega os vídeos da Larissa para quem ainda não a conhece.

198 mil	26.471	+780	8,6%
Contas alcançadas em 90 dias	Interações em 90 dias	Novos seguidores líquidos	Interações por view nos últimos 30 dias

VISUALIZAÇÕES POR FORMATO, 90 DIAS



QUEM ASSISTE



80,2% das visualizações vêm de não seguidores. Para a marca, isso significa descoberta: o produto aparece para um público novo a cada vídeo.

PERÍODO	VISUALIZAÇÕES	CONTAS ALCANÇADAS	INTERAÇÕES	NOVOS SEGUIDORES	NÃO SEGUIDORES
30 dias	100.791	39.379	8.690	+151	70,0%
60 dias	365.559	167.865	22.626	+546	81,5%
90 dias	445.336	198.235	26.471	+780	80,2%

Fonte: Insights do Instagram, capturados em setembro de 2026. Contas alcançadas correspondem ao total de visualizadores únicos.

Humor de academia, *identificação imediata.*



410 mil

"Treinar com personal foi a melhor invenção da vida."

Um reel simples, gravado no treino, com uma legenda que todo mundo que frequenta academia já viveu. Sem produção cara, só timing e verdade. O vídeo levou o perfil para centenas de milhares de pessoas e puxou o crescimento dos meses seguintes.

70X o tamanho da base de seguidores em um único vídeo, prova de que o formato da Larissa viraliza.



Meta do shape até dezembro

Humor com assunto do momento, treino como pano de fundo.

Legenda que conversa

Texto na tela com frases que o público repete e marca os amigos.



Leg press com piada pronta

Legenda irônica que gera comentário e compartilhamento.

Cenário real

Academia, carro, cozinha, a vida como ela é, sem estúdio.

TOP REELS DO PERFIL

Personal e garrafinha	410 mil
Shape até dezembro	21,1 mil
Leg press, DrOgas	6.078
Treino com personal	4.849
Rotina skincare	4.193

Consistência

Reels recorrentes na casa dos milhares, com picos virais.

Reels como motor

80% das visualizações vêm de reels, o formato ideal para campanhas.

Parcerias que *parecem indicação de amiga.*



Aura FitWear

MODA FITNESS

Provador com as peças da marca, mostrando caimento e uso no treino.



Principia

SKINCARE

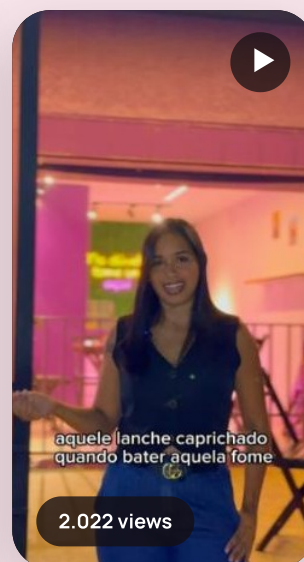
Rotina matinal com os produtos, do gel de limpeza ao hidratante.



Bom Fêu

GASTRONOMIA

Visita ao restaurante mostrando ambiente, pratos e experiência.



Art na Chapa

LANCHONETE, COLLAB

Post em collab com a lanchonete de São Sebastião, divulgando o lanche e o espaço.

SEGMENTOS IDEAIS

- Moda fitness, suplementos e acessórios de treino
- Skincare, beleza e cuidados pessoais
- Restaurantes, lanchonetes, bebidas e alimentação
- Produtos para casa, cozinha e confeitaria
- Marcas para mães e para a rotina da família

"Só mostro o que eu uso de verdade, e é por isso que quem me acompanha confia."

Influenciadora da Influplay, com experiência em UGC e em campanhas de marcas de moda, beleza e gastronomia.

COMO POSSO AJUDAR SUA MARCA

Formatos *de parceria.*

01 Reels publicitário

Vídeo no feed com roteiro próprio, humor e uso real do produto.

02 Sequência de stories

Rotina com o produto ao longo do dia, com link e chamada direta.

03 Vídeo UGC para a marca

Conteúdo entregue para os anúncios e canais da própria marca.

04 Provador, unboxing e review

Primeira impressão sincera, caimento, textura e resultado.

05 Visitas e experiências

Restaurantes, academias, lojas e eventos, com cobertura completa.

Alcance que descobre

80% das views chegam a quem
ainda não segue o perfil.

Verdade que converte

Indicação só do que usa, com a
confiança de quem acompanha a
rotina.

Produção ágil

Roteiro, gravação e edição feitos
por ela, no ritmo da vida real.



Vamos criar algo *juntos?*

INSTAGRAM

@lariissafreitas7

THREADS

@lariissafreitas7

PARCERIAS

via Direct ou Influplay

VALORES

sob consulta