

Plano de Trafego Pago — Protocolo Detox 7D

Protocolo Detox 7D — R\$37

1. ESTRUTURA DE CAMPANHAS

Meta Ads (Facebook + Instagram)

CONTA: Luciana Coelho (@lucoelhonutri)

CAMPANHA 1 – [TOFU] Prospeccao Fria

- |— Conjunto 1: Interesse Amplo (Emagrecimento + Saude)
 - | |— AD-001: FRI0-COMPULSA0-NOTURNA-VIDEO-V1
 - | |— AD-002: FRI0-INCHACO-BARRIGA-IMAGEM-V1
- |— Conjunto 2: Interesse Especifico (Jejum + Intestino)
 - | |— AD-001: FRI0-COMPULSA0-NOTURNA-VIDEO-V1
 - | |— AD-002: FRI0-INCHACO-BARRIGA-IMAGEM-V1
- |— Conjunto 3: Lookalike Compradores (quando houver base)
 - | |— AD-001
 - | |— AD-002

CAMPANHA 2 – [MOFU] Remarketing Engajados

- |— Conjunto 1: Engajaram com posts/anuncios (7 dias)
 - | |— AD-003: MORNO-ANTIJEJUM-VIDEO-V1
 - | |— AD-004: MORNO-PROVA-CIENCIA-CARROSSEL-V1
- |— Conjunto 2: Visitaram LP mas nao compraram (7 dias)
 - | |— AD-003
 - | |— AD-004

CAMPANHA 3 – [BOFU] Remarketing Quente

- |— Conjunto 1: Visitaram LP (7-14 dias)
 - | |— AD-005: QUENTE-URGENCIA-PRECO-STORIES-V1
- |— Conjunto 2: Visitaram LP (14-30 dias)
 - | |— AD-006: QUENTE-CUSTO-INACAO-TEXTLONG-V1

2. PESQUISA DE AUDIENCIA

Interesses Primarios (Conjunto 1 — Amplo)

- Emagrecimento
- Saude e bem-estar
- Dieta
- Exercicio fisico
- Vida saudavel

Interesses Secundarios (Conjunto 2 — Especifico)

- Jejum intermitente
- Saude intestinal

- Nutricionista
- Desintoxicacao
- Suplementos naturais
- Chas naturais

Demografico

- **Genero:** Feminino
- **Idade:** 30-55 anos (core: 35-50)
- **Localizacao:** Brasil inteiro (prioridade capitais + regioes metropolitanas)
- **Idioma:** Portugues (Brasil)
- **Dispositivo:** Mobile first (85% do trafego estimado)

Exclusoes

- Profissionais de saude (CRM, nutricionistas — sao concorrentes, nao compradores)
- Compradores existentes (apos primeira venda)
- Menores de 25 anos

Lookalike (Fase 2 — apos 100+ compras)

- LAL 1% Compradores
- LAL 1% Add-to-Cart
- LAL 2% Visitantes LP (3+ min)

3. BRIEFING DE CRIATIVOS

ID	Formato	Angulo	Duracao	Assets Necessarios
AD-001	Video Reels/Stories	Compulsao noturna	15-30s	Luciana em camera + B-roll geladeira noite
AD-002	Imagem Feed	Inchaco abdominal	Estatico	Foto antes/depois barriga OU mockup produto
AD-003	Video Reels/Feed	Anti-jejum (contraintuitivo)	30-45s	Luciana em camera + texto animado
AD-004	Carrossel (4-6 cards)	Prova cientifica	6 cards	Capturas de estudos + dados + CTA final
AD-005	Stories com countdown	Urgencia + preco	15s	Mockup + selo garantia + preco
AD-006	Feed texto longo + imagem	Custo da inacao	Estatico	Imagem emocional + texto longo

Regras de Criativo

- **Nada de emojis** (regra de branding MidasHub)
- Texto em imagem: max 20% da area (regra Meta)
- CTA claro em todo criativo
- Disclaimer no final: "Este produto nao substitui parecer medico"
- Cores da marca: #2D6A4F (primaria), #D4A574 (accent), #FAF5F5 (fundo)

4. PLANO DE TESTE A/B

Fase 1 — Validacao de Angulo (Semana 1-2)

Teste	Variavel	Variante A	Variante B	Metrica	Min. dados
T1	Angulo do Hook	Compulsao noturna (AD-001)	Inchaco abdominal (AD-002)	CTR	1000 impressoes cada
T2	Formato	Video (AD-001)	Imagem (AD-002)	CPC	500 cliques total
T3	Headline LP	Headline #1 (Dor)	Headline #2 (Contra intuitivo)	CVR na LP	500 visitantes cada

Fase 2 — Otimizacao (Semana 3-4)

Teste	Variavel	Variante A	Variante B	Metrica
T4	Preco	R\$37	R\$27	RPV (Revenue Per Visit)
T5	Publico	Interesse amplo	Interesse especifico	CPA
T6	CTA na LP	"Quero desinchar"	"Quero o protocolo"	CVR

Fase 3 — Escala (Semana 5+)

- Vencedor de cada teste recebe 70% do budget
- Novos criativos iterados sobre o vencedor
- Lookalike ativada
- Budget escalado 20% a cada 3 dias se CPA < meta

5. PLANO DE BUDGET

Cenario Conservador (Teste)

Item	Valor Semanal	Valor Mensal
Campanha 1 (TOFU)	R\$350	R\$1.400
Campanha 2 (MOFU)	R\$100	R\$400
Campanha 3 (BOFU)	R\$50	R\$200
Total	R\$500/semana	R\$2.000/mes

Cenario Realista (Validado)

Item	Valor Semanal	Valor Mensal
Campanha 1 (TOFU)	R\$700	R\$2.800

Campanha 2 (MOFU)	R\$200	R\$800
Campanha 3 (BOFU)	R\$100	R\$400
Total	R\$1.000/semana	R\$4.000/mes

Cenário Otimista (Escala)

Item	Valor Semanal	Valor Mensal
Campanha 1 (TOFU)	R\$1.750	R\$7.000
Campanha 2 (MOFU)	R\$500	R\$2.000
Campanha 3 (BOFU)	R\$250	R\$1.000
Total	R\$2.500/semana	R\$10.000/mes

Metas por Cenário (baseado na funnel-economics)

Cenário	Budget/mes	CPA meta	Vendas/mes	Revenue Front	ROAS
Conservador	R\$2.000	R\$25	80	R\$2.960	1.48x
Realista	R\$4.000	R\$20	200	R\$7.400	1.85x
Otimista	R\$10.000	R\$15	667	R\$24.679	2.47x

Nota: Revenue inclui Order Bump (40% take rate) e conversão de Upsell/Downsell conforme funnel-economics.md

6. KPIs E METRICAS

Metricas de Anuncio

KPI	Meta	Alerta
CTR (Link)	> 1.5%	< 1.0% = trocar criativo
CPC	< R\$1.50	> R\$2.50 = trocar publico
CPM	< R\$25	> R\$40 = problematico
Frequencia	< 3.0	> 4.0 = fadiga de criativo

Metricas de LP

KPI	Meta	Alerta
CVR (LP Long)	> 3%	< 1.5% = revisar LP
CVR (LP Short)	> 4%	< 2% = revisar LP
Tempo medio na pagina	> 2min	< 45s = headline fraca

Scroll depth 75%+	> 40%	< 20% = copy nao engaja
-------------------	-------	-------------------------

Metricas de Funil

KPI	Meta	Alerta
CPA Front-End	< R\$20	> R\$30 = nao sustentavel
Order Bump Take Rate	> 35%	< 20% = revisar copy OB
Upsell CVR	> 10%	< 5% = revisar oferta
Downsell CVR	> 15%	< 8% = revisar oferta
RPV (Revenue Per Visitor)	> R\$2.00	< R\$1.00 = funil quebrado
ROAS	> 1.5x	< 1.0x = parar e diagnosticar

3 campanhas / 6 criativos / 6 testes A/B / 3 cenarios de budget