

Buyer Persona — Protocolo Detox 7D

Atualizado com dados do Research - Luciana Coelho.docx (prioridade sobre dados anteriores)

Perfil Resumido

Campo	Valor
Nome	Marina
Idade	A partir de 20 anos (concentração forte 30-50 anos)
Genero	Feminino
Perfil	Trabalha, cuida de casa/filhos, energia drenada no meio da tarde, recorre a doces
Renda	Classes B e C — investe em estética e saúde, R\$37 não compromete
Nicho	Mulheres presas no efeito sanfona com inchaco abdominal e compulsão noturna

Comportamento de Compra

- **Tolerancia a risco financeiro:** Média (já gastou muito com soluções que não funcionaram)
- **Tolerancia a risco de tempo:** Baixa (quer resultado rápido, consumo imediato)
- **Fator de credibilidade #1:** Resultados de mulheres na mesma situação (redução de medidas, fim do inchaco)
- **Fator de credibilidade #2:** Explicação científica que valide sua luta (estudos UCSF, dados Vigitel)
- **Filtro principal:** "Essa pessoa me entende?" + "Isso funciona sem me fazer passar fome?"
- **Dispositivo:** 80%+ mobile (compra pelo celular à noite)
- **Horários de pico:** 20h-23h (noite, após rotina)
- **Método de pagamento:** PIX (decisão impulsiva, liberação instantânea)
- **Tempo de decisão:** 5-15 minutos (impulso)

Dores CONCRETAS (Research)

1. **Barriga que incha após almoço** — Acorda relativamente reta, mas incha tanto após almoço que a calça jeans machuca
2. **Compulsão noturna incontrolável** — Se vê dirigindo até loja tarde da noite para comprar doces/sorvete, destruindo a dieta
3. **Balança estagnada** — Sobe na balança após semanas de dieta e o peso continua o mesmo
4. **Vergonha da "barriga de verme"** — Abdomen distendido comparado a maus hábitos, constrangimento social
5. **Cansaco crônico** — Letargia ao acordar, doses cavalares de café, gases e arrotos em público

Dores por Categoria

Tipo	Descrição
Aguda	Calça apertada, foto não autorizada, exame alterado, barriga inchada após almoço
Crônica	Cansaco ao acordar, compulsão noturna, gases constantes, efeito sanfona
Antecipada	Pre-diabetes, hipertensão, menopausa piorando tudo

Oculto	Perder juventude, parceiro olhando para outras, "barriga de verme"
Social	Ser a "mais gordinha" do grupo, evitar praia, constrangimento com gases em publico
Economica	Gastar com roupas maiores, procedimentos sem resultado, nutricionistas que nao resolvem
Existencial	"Quem sou eu se nao o meu corpo?", "Se eu nao resolver agora, nunca vou resolver"

Desejos Explicitos (Research)

- Emagrecer rapido, eficiente e sem efeito sanfona
- Desinchar o abdomen e acabar com gases e arrotos
- Cortar a vontade excessiva de doces e carboidratos
- Equilibrar o intestino e melhorar a digestao diaria

Desejos Latentes (Research)

- Sentir-se leve, soberana e no controle do proprio corpo
- Provar que a culpa do sobrepeso NAO era falta de carater
- Recuperar energia vital da juventude para brincar com filhos e render no trabalho

Medos e Objecoes por Estagio de Schwartz (Research)

Consciente do Problema

- "Meu metabolismo parou por causa da menopausa/idade"
- "Meu intestino nunca vai funcionar direito"

Consciente da Solucao (Jejum e Chas)

- "Jejum vai me dar hipoglicemia e perder musculo"
- "Desparasitacao e pseudociencia/charlatanismo"
- "Medo de usar plantas medicinais e ter efeitos colaterais no figado"

Consciente do Produto

- "Isso vai me dar diarreia incontrolavel e eu trabalho fora"
- **MEDO DO GROTESCO:** "Vai sair bicho vivo nas minhas fezes?"

Gatilhos de Decisao

- Ver barriga desinchar em antes/depois de mulher como ela
- Exame de sangue alterado (pre-diabetes, colesterol)
- A gota d'agua: foto nao autorizada ou comentario maldoso
- Evento importante (casamento, viagem)
- Compulsao noturna que destroi semanas de dieta

Gatilhos Verbais — Dicionario do Avatar (Research)

"Barriga estufada", "Barriga de verme", "Inchaco", "To me esforcando e nao emagreco", "Compulsao", "Sintomas de menopausa", "Efeito sanfona", "Vontade de doce", "Nao sei mais o que fazer", "Metabolismo lento", "Resistencia a insulina", "Fadiga adrenal", "Comer de 3 em 3 horas nao funciona", "Quebrar o plato", "Compulsao noturna", "Fome incontrolavel", "Inflamacao", "Desinflamar"

VERBATIMS Reais do Publico (Research)

Fala	Emocao
"Ai barriga de verme pareca barriga estupada"	Vergonha/Inchaco
"Poxa mas eu to me esforcando tanto e nao to emagrecendo"	Frustracao
"Pode dar algum probleminha na hora das fezes? Sair bicho?"	Medo/Nojo
"Ando constantemente com barriga inchada e muitos gases. Ja nao sei mais o que fazer"	Desespero
"Se es mulher, nao te aconselho a continuares com isso..."	Medo/Alerta
"Jejum intermitente ta na moda mesmo rsrs, tipo moda de xampu de mulher"	Ceticismo
"Tenho medo de usar essas plantas medicinais que tem efeitos colaterais"	Inseguranca
"Estou falando de dirigir 10-15 min pela estrada as 21h30 para pegar sorvete"	Compulsao
"Emagrecer nao e so mandar coisa boa pra dentro, e tirar coisa ruim de dentro"	Epifania

Estilo de Comunicacao Preferido

Direta, objetiva e baseada em ciencia, mas com acolhimento. Sem julgamento. Termos tecnicos explicados de forma simples. Tom de autoridade com empatia. Linguagem que valida: "A culpa nao e sua."

Fontes: `data/avatar.md` + `data/research.md`