

MAISON LAFITTE

PERFORMANCE & BEAUTY

MATERIAL GRATUITO

5 PASSOS PARA SAIR DO ZERO

*Como se posicionar no mercado
Nos primeiros meses de formada.*





MAISON LAFITTE

PERFORMANCE & BEAUTY

SOBRE ESTE GUIA

Você acabou de se formar — e agora?

Este guia foi criado para Nutris que estão saindo da faculdade e querem **se posicionar com autoridade** no mercado — sem precisar depender de sorte ou indicações aleatórias.

Você pode sair na frente de profissionais que estão á anos no Mercado com estratégia, aplicando esse material.

Aqui você vai encontrar os 5 primeiros passos validados por mim que aplico na minha mentoria. São ações concretas, que já ajudaram dezenas de profissionais a construírem uma marca pessoal forte e atrair seus primeiros clientes ideais.

Pronta para começar de verdade?

Comece se conhecendo: quem você é como profissional?

- 1 Como eu quero que as pessoas me vejam e descrevam meu trabalho?
- 2 Qual tipo de cliente eu me imagino atendendo — e com quem eu me identifico?
- 3 Qual é o nicho ou especialidade que me gera mais entusiasmo genuíno?
- 4 Quais são os meus diferenciais? O que eu ofereço que poucos oferecem?
- 5 Que resultados eu quero ser conhecida por entregar?

✦ DICA DA MENTORIA

Responda sem filtro e com honestidade · Salve suas respostas — elas serão a base de tudo

Construa uma identidade visual que comunica autoridade

- 1 Escolha uma paleta de cores que represente sua essência e o nicho que quer atender.
- 2 Defina um logo, fonte e elementos visuais consistentes em todos os canais.
- 3 Crie um nome profissional claro — o seu nome pode e deve ser sua marca.
- 4 Escreva uma bio forte: quem você é, quem você atende e qual resultado entrega.
- 5 Produza fotos profissionais que transmitam confiança, sofisticação e identidade.

✦ DICA DA MENTORIA

Consistência visual gera reconhecimento · Invista em um ensaio fotográfico antes de qualquer anúncio

Seja a referência para um público específico

- 1 Quanto mais específico seu nicho, mais fácil é se tornar referência nele.
- 2 Crie uma mensagem clara: 'Eu ajudo [quem] a alcançar [resultado] através de [como].'
- 3 Estude profundamente as dores, desejos e linguagem do seu público-alvo.
- 4 Posicione seu preço de acordo com a transformação que você entrega, não com o mercado.
- 5 Evite tentar falar com todos — quem fala com todos não fala com ninguém.

✦ DICA DA MENTORIA

Nicho não limita — nicho posiciona · Especialista cobra mais e trabalha com quem deseja.

Atraia novos clientes e multiplique seu impacto

- 1 Crie um material gratuito (e-book, guia, checklist) para captar contatos qualificados.
- 2 Use depoimentos reais de clientes satisfeitos como prova social desde o início.
- 3 Ofereça uma consulta de diagnóstico gratuita para novos interessados conhecerem seu trabalho.
- 4 Crie pacotes claros com nome, entregáveis e resultado esperado — facilite a decisão.
- 5 Divulgue seu trabalho em grupos, comunidades e parcerias estratégicas com outros profissionais como: (personal, endócrino, estética corporal, psicólogos etc..)

✦ DICA DA MENTORIA

Seu primeiro produto é sua credibilidade · Entregue resultado antes de cobrar — isso gera confiança

Construa uma vitrine antes de investir em anúncios

- 1 Comece com o Instagram privado e alimente com os 12 primeiros conteúdos antes de abrir → Escolha conteúdos que digam quem você é, pra quem você faz, o que você faz e como você faz.
- 2 Não invista em tráfego pago antes de ter conteúdo: o cliente entra e precisa encontrar valor.
- 3 Misture conteúdo educativo, bastidores, resultados e sua rotina profissional.
- 4 Use reels curtos para alcance e carrosséis para aprofundar seu conhecimento.
- 5 Interaja genuinamente: responda comentários, stories e DMs — presença gera presença.

✦ DICA DA MENTORIA

Sua bio e seus 9 primeiros posts são sua vitrine · Só impulse quando seu perfil já tiver substância

Linha Editorial e Calendário de Conteúdo

Linha Editorial

Defina 4 pilares de conteúdo: educação, bastidores, resolução de problemas e resultado. Crie um calendário semanal e siga à risca.

Calendário Mensal

Planeje posts para 30 dias de uma vez. Não inclua datas comemorativas, inclua conteúdos que ajudam seu público e momentos da sua rotina.

Mostrar Bastidores

Mostre quem você é antes, durante e após atender. Humanidade gera conexão — conexão gera clientes.

Conteúdo que Resolve

Responda as dúvidas mais comuns do seu público. Quem educa antes de vender constrói autoridade.

Consistência acima de tudo

Criar um posicionamento forte leva tempo. Siga firme — sua audiência cresce quando você não desiste.

Você agora é empreendedora

Seu conteúdo é seu maior ativo. Trate sua rede social como um negócio, não como um hobby.



QUER IR MAIS LONGE?

Conheça a Mentoria Maison Lafitte Performance

@karynefornutris

*Acompanhamento personalizado para profissionais
que querem posicionamento, clientes e resultado.*

KARYNE BIANCHI

Nutricionista clínica - pós graduada em nutrição
esportiva - Criadora do MTF - Mentoria para nutris



Você já deu o primeiro passo.

Agora é hora de agir.

*Construir um posicionamento forte leva tempo — mas quem começa hoje já está à frente.
Vá com consistência, mostre seu valor e confie no processo.*

MAISON LAFITTE

PERFORMANCE & BEAUTY
