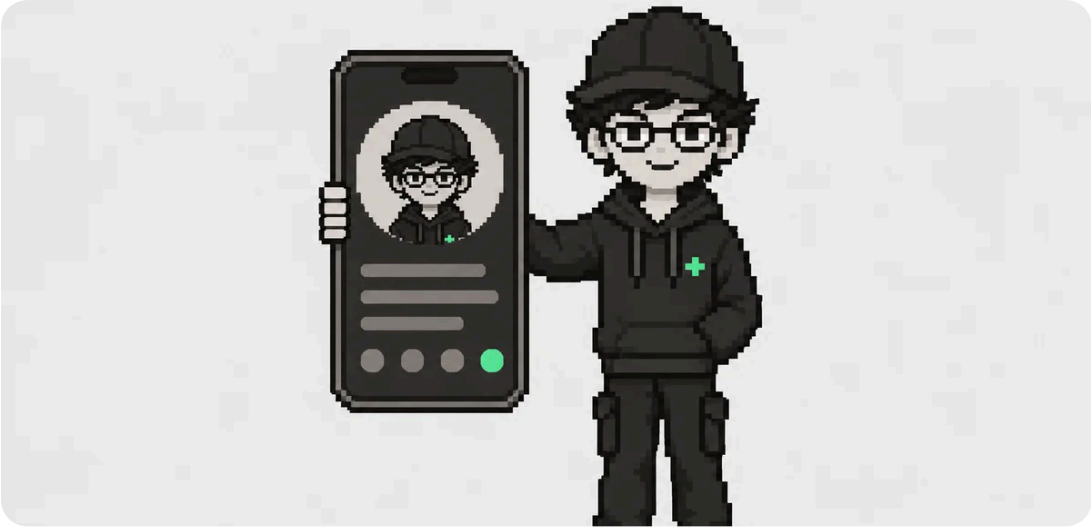
Madureira

KIT · GRATUITO



EDIÇÃO DE OUTUBRO DE 2026

Kit de Bio e Destaques

A ordem certa para arrumar o topo do perfil (posts fixados, bio e destaques), com as regras que a plataforma permite de verdade e as folhas para preencher

Gabriel Madureira

@GA.MADUREIRA

madureira.xyz

KIT · GRATUITO

Kit de Bio e Destaques

A ordem certa para arrumar o topo do perfil (posts fixados, bio e destaques), com as regras que a plataforma permite de verdade e as folhas para preencher

---

PARA QUEM É

Quem já publica e nunca parou para arrumar o topo do perfil, ou mudou de oferta e o perfil ficou para trás.

PARA QUEM NÃO É

Quem quer modelo de capa de destaque pronto para baixar. O kit é critério e folha, não arte.

Gabriel Madureira

EDIÇÃO DE OUTUBRO DE 2026

MADUREIRA.XYZ

NESTE MATERIAL

Sumário

■	O topo do perfil é a página de venda	4
01	Os posts fixados	5
02	A bio	6
03	Os destaques	8
04	Os destaques por função	11
■	As folhas para preencher	11
■	Antes de dar como pronto	13
■	Para fechar	14

ABERTURA

O topo do perfil é a página de venda

Quem chega no seu perfil quase sempre chegou por uma peça: um reel que apareceu para quem não te segue, um carrossel compartilhado. Ela gostou de uma coisa e veio ver se tem mais. O topo do perfil responde em poucos segundos: quem é essa pessoa, o que eu ganho seguindo, e para onde eu vou se quiser mais.

Três superfícies fazem esse trabalho, e a ordem de prioridade não é a que parece:

#	SUPERFÍCIE	POR QUÊ	TEMPO
1	Posts fixados	Estão no topo da grade, sem clique. Dá para medir. Aceitam pedido de comentário.	10 minutos
2	Bio	É a primeira coisa lida. Uma linha confusa ali custa mais que qualquer destaque.	15 minutos
3	Destaques	Acervo para onde você manda quem perguntou. Vale, mas é o terceiro da fila.	uma tarde

Este kit segue essa ordem. No fim estão as folhas para preencher.

01

Os posts fixados

São três vagas no topo da grade. Na maioria dos perfis que eu olho, estão vazias ou ocupadas por um post antigo que já não representa nada.

Post fixado ganha do destaque em quase tudo: aparece sem a pessoa tocar em nada, mostra alcance, salvamento e comentário como qualquer post, e aceita o pedido de "comenta tal palavra". Destaque não tem nada disso.

Quais três fixar

- **O que você faz, em uma peça.** O post que melhor explica o seu método ou o seu serviço. Quem chegou agora entende em um carrossel.
- **Uma prova.** Um bastidor, um antes e depois, um número seu com fonte. Não um depoimento genérico.
- **Quem é você.** A história curta de por que você faz isso. É o post que transforma curioso em seguidor.

Se você ainda não tem os três, fixe os que tem e anote o que falta. O post que falta vira pauta da semana.

CAPÍTULO

02

A bio

A bio tem 150 caracteres. Cabe em quatro linhas curtas, e cada linha tem um trabalho.

LINHA	TRABALHO	EXEMPLO
1	Quem você ajuda e com o quê	Ajudo clínica pequena a encher agenda pelo Instagram
2	Uma prova que dá para conferir	9 anos atendendo, 3 livros de receita
3	O que a pessoa encontra aqui	Bastidor do consultório toda terça
4	O próximo passo	Aula gratuita no link

× RUIM	"Empreendedora | Mãe | Apaixonada por marketing | Transformando vidas através do conteúdo"
✓ MELHOR	"Ajudo loja pequena a vender pelo Instagram sem anúncio. Bastidor da minha loja toda semana. Aula gratuita no link."

As regras da bio

01 **Fale da pessoa antes de falar de você.** "Ajudo X a Y" lê mais rápido que "Nutricionista, mãe, apaixonada por".

02 **Prova só se for conferível.** Ano de formação, livro publicado, número que você sabe de onde saiu. Nada de "referência no mercado".

03 **Um link só, e que você mede.** Se o link da bio leva a uma página com oito botões, ninguém sabe qual funcionou. Escolha o próximo passo do mês e aponte para ele.

04 **Zero hashtag e zero emoji decorativo.** Emoji como marcador de linha passa; emoji enfeitando cada palavra não.

05 **Releia no celular.** O que parece curto no computador quebra feio na tela pequena.

CAPÍTULO

03

Os destaques

Destaque é o acervo de respostas. Quando alguém comenta, responde um story ou chama na DM, você precisa de um lugar pronto para mandar. É isso que ele faz bem.

O destaque não substitui uma automação nem um post fixado. Ele é a resposta pronta para quem já perguntou.

O que a plataforma permite de verdade

Quase nada sobre destaque é documentado pelo próprio Instagram. Abaixo, o que eu consegui confirmar e o que não.

ITEM	O QUE VALE
Título	O campo aceita mais do que aparece. O título exibido embaixo da bolha corta por volta do nono caractere. Regra prática: até 10 caracteres, e conferir no perfil antes de dar como pronto.
Capa	O círculo é recortado do centro de uma imagem 9:16. Desenhe dentro de um círculo de cerca de 600 px centrado num quadro de 1080 por 1920.

ITEM	O QUE VALE
Texto na capa	Não use. A bolha é pequena demais, e o título já aparece embaixo. Capa boa é um símbolo só, traço grosso, fundo chapado, todas no mesmo estilo.
Ordem	Não dá para arrastar. O destaque atualizado por último vai para a frente.
Link	Story com figurinha de link, salvo no destaque, continua clicável enquanto estiver lá. É o único lugar nativo com vários links permanentes, cada um com contexto.
Quantidade	Não existe número mágico. "Tenha de 3 a 7" é convenção copiada de blog em blog. Tenha um destaque por função que você realmente precisa.

Como montar a ordem

Como o último atualizado vai para a frente, monte do último para o primeiro: crie primeiro o destaque que deve ficar no fim e por último o que deve abrir a fila. Para reordenar depois, edite o destaque, adicione um story qualquer, conclua e remova o story. Ele sobe para o começo.

Não construa nada que dependa de "o primeiro da esquerda". A ordem já mudou sozinha para parte dos usuários sem aviso, e o Instagram vem testando levar os destaques para uma aba própria. Confira no seu celular antes de planejar.

Quantos cards por destaque

Ninguém mede abandono dentro de destaque. O melhor dado público que existe é de story comum: a maior queda acontece do primeiro quadro para o segundo, e depois de seis ou sete quadros quase todo mundo está pulando. Destaque é consumo de quem tocou de propósito, então tende a segurar mais. Quanto mais, ninguém sabe.

Daí as três regras que eu uso:

01 **De 6 a 7 cards por destaque.**

02 **A informação decisiva vai no card 1.** Não guarde o essencial para o fim.

03 **O último card tem figurinha de link** e uma frase dizendo o que acontece ao tocar.

CAPÍTULO

04

Os destaques por função

Escolha só os que o seu perfil precisa agora. A ordem abaixo é a de um perfil que vende um serviço ou um curso.

TÍTULO	FUNÇÃO	O QUE VAI NO CARD 1
COMECE	Para quem acabou de chegar	Quem você é e o que publica, em uma frase
COMO É	Como funciona o que você vende	O passo a passo em três etapas
DÚVIDAS	Quebra de objeção, uma por card	A objeção mais pesada primeiro
BASTIDOR	Prova sem pose	Uma cena real da semana, com data
RESULTADO	Antes e depois que dá para conferir	O caso mais claro, com fonte
LINKS	Tudo que tem link permanente	O link mais importante do mês

Todos com até 10 caracteres. Se um título não cabe, troque a palavra, não abrevie.

As folhas para preencher

PLANILHA 1 Fixados e bio

VAGA	FUNÇÃO	POST ESCOLHIDO (OU PAUTA QUE FALTA)
1	O que eu faço	
2	Uma prova	
3	Quem eu sou	

LINHA	TRABALHO	MEU TEXTO	CARACTERES
1	Quem eu ajudo e com o quê		
2	Prova conferível		
3	O que encontra aqui		
4	Próximo passo		

PLANILHA 2

Os destaques

ORDEM	TÍTULO (ATÉ 10)	FUNÇÃO	CARD 1	ÚLTIMO CARD (LINK)
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Antes de dar como pronto

- [ ] Três posts fixados, um por função.
- [ ] Bio com até 150 caracteres, lida no celular.
- [ ] A primeira linha da bio fala de quem eu ajudo.
- [ ] A prova da bio é conferível.
- [ ] Um link só na bio, apontando para o próximo passo do mês.
- [ ] Zero hashtag na bio.
- [ ] Títulos dos destaques com até 10 caracteres, conferidos no perfil.
- [ ] Capas sem texto, todas no mesmo estilo.
- [ ] Informação decisiva no card 1 de cada destaque.
- [ ] Último card de cada destaque com figurinha de link, testada depois de subir.
- [ ] Ordem montada do último para o primeiro.
- [ ] Destaques antigos que não representam mais o perfil foram arquivados.

FECHO

Para fechar

O topo do perfil envelhece em silêncio. A bio fala de uma oferta que já mudou, o fixado é de um lançamento que acabou, o destaque tem stories de dois anos atrás. Marque na agenda uma revisão a cada três meses. Leva meia hora com estas folhas, e é a meia hora que mais rende para quem chega no seu perfil pela primeira vez.

QUEM ESCREVEU



Gabriel Madureira

Fundei a Kaleidos, agência de marketing e conteúdo, e trabalho com criação de conteúdo, marketing e IA. Uso o Claude Code e agentes de IA no dia a dia da agência, e é desse trabalho que saem os estudos e os materiais do madureira.xyz.

No Instagram sou @ga.madureira. No X, @ogmadureira.

SOBRE ESTE MATERIAL

Tudo aqui vem do que eu uso de verdade no meu trabalho: as regras, as medições e os exemplos saíram da minha operação e das peças que eu publiquei. Onde um número aparece, ele tem fonte. Onde não tinha fonte, o número não entrou.

Este material não promete resultado. Ele mostra o critério. O resultado depende do que você faz com ele.



Continue em madureira.xyz

PRÓXIMO PASSO	Planejador de 30 Dias de Conteúdo madureira.xyz/produtos/planejador-de-30-dias
ESTUDOS	Os guias completos, de graça, com um exercício no fim. madureira.xyz
NEWSLETTER	Os próximos estudos chegam por e-mail. madureira.xyz
MATERIAIS	Ebooks, ferramentas e bibliotecas. madureira.xyz/produtos

Gabriel Madureira

@GA.MADUREIRA · @OGMADUREIRA

madureira.xyz