5 Formas Que Uso IA no Consultório e Marketing

(Sem Virar Escravo do Digital)

Descubra como integrar a Inteligência Artificial à sua rotina como **nutricionista**, *sem perder sua essência humana.*

por **Bruno Rodrigo**

NutriBoss Academy

Quem Sou Eu

Meu nome é Bruno Rodrigo, nutricionista, mentor de profissionais da saúde e fundador da *NutriBoss*.
Eu já estive no seu lugar: atendendo bem, mas dependendo de indicações.
Tentando postar nas redes, mas sem ver resultado real.

Foi nessa busca que comecei a estudar formas mais inteligentes e sustentáveis de **crescer no digital** — usando o que realmente funciona: conteúdo com propósito, posicionamento com clareza e agora, inteligência artificial como aliada.

Hoje, ajudo nutricionistas e profissionais da saúde a **crescerem no digital com previsibilidade**, mesmo que tenham poucos seguidores ou não gostem de aparecer.

A IA não substitui você — ela te **potencializa**.
E é isso que eu vou te mostrar nesse material.

1- Planejamento de Conteúdo em Minutos

Antes eu levava horas pra decidir o que postar. Hoje, com a IA, consigo montar um calendário semanal de posts, vídeos e carrosséis em poucos minutos.

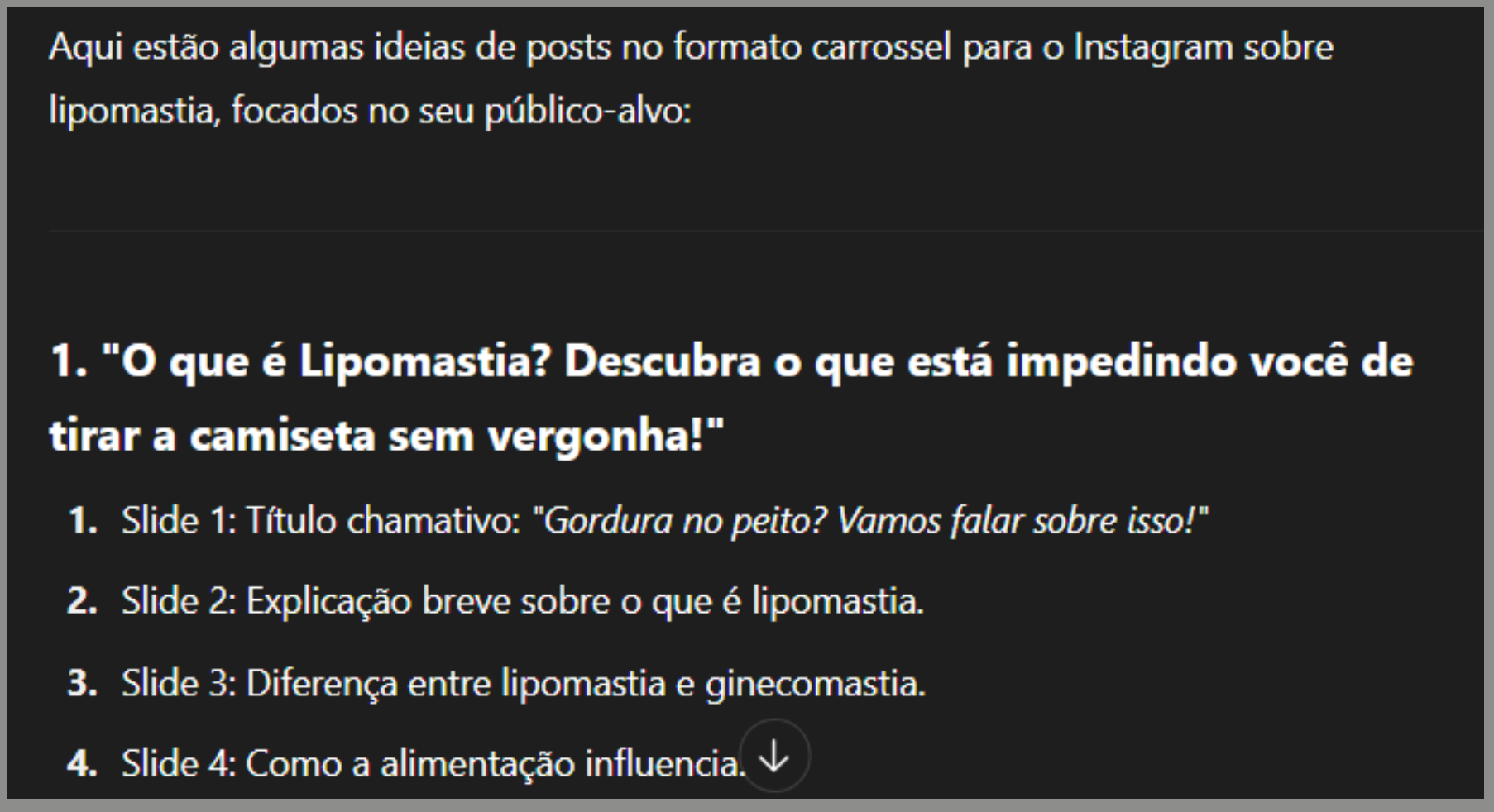
Como eu faço isso:

Abro um prompt/chat e escrevo algo como:

“Sou nutricionista especializado em eliminar a gordura do peito em homens (lipomastia). Crie ideias de conteúdo para Instagram que tragam autoridade e conexão com esse publico.”

Pronto. *Voilà.*

PS: Adapte de acordo com seu publico-alvo.



A IA me dá ideias — mas eu **ajusto, humanizo, aprofundo**.
(E recomendo que você faça o mesmo).

Sempre revise e coloque seu "*tempero*".

Resultado: mais leveza no processo criativo, sem perder autenticidade.

Por exemplo, neste slide acima, a IA tinha apenas me fornecido o "mito". Mas associei isto a um paciente que tive. Então resolvi ajustar comentando sobre ele para trazer mais autoridade para a postagem.

2- Resumos e PDFs para pacientes

Você já tentou criar um material educativo e travou?

Hoje uso a IA para resumir conteúdos, montar checklists e criar materiais de apoio para meus pacientes — muito mais rápidos de fazer e mais eficazes na adesão.

Exemplo real: pedi à IA um guia orientativo para meus pacientes aproveitarem o período de páscoa para comer seu chocolate sem prejudicar o processo de emagrecimento.

Em minutos, tinha um rascunho pronto. Só precisei ajustar com a minha experiência e adaptar ao perfil dos meus pacientes.

Como Aproveitar a Páscoa sem Prejudicar o Físico:

A Páscoa é uma época de celebração, e muitos de nós gostamos de aproveitar o chocolate e os ovos de Páscoa. No entanto, é possível saborear esses momentos sem prejudicar a dieta ou comprometer os resultados do seu treino. Aqui estão algumas estratégias práticas para aproveitar o feriado com equilíbrio:

1. **Equilíbrio é a chave:**

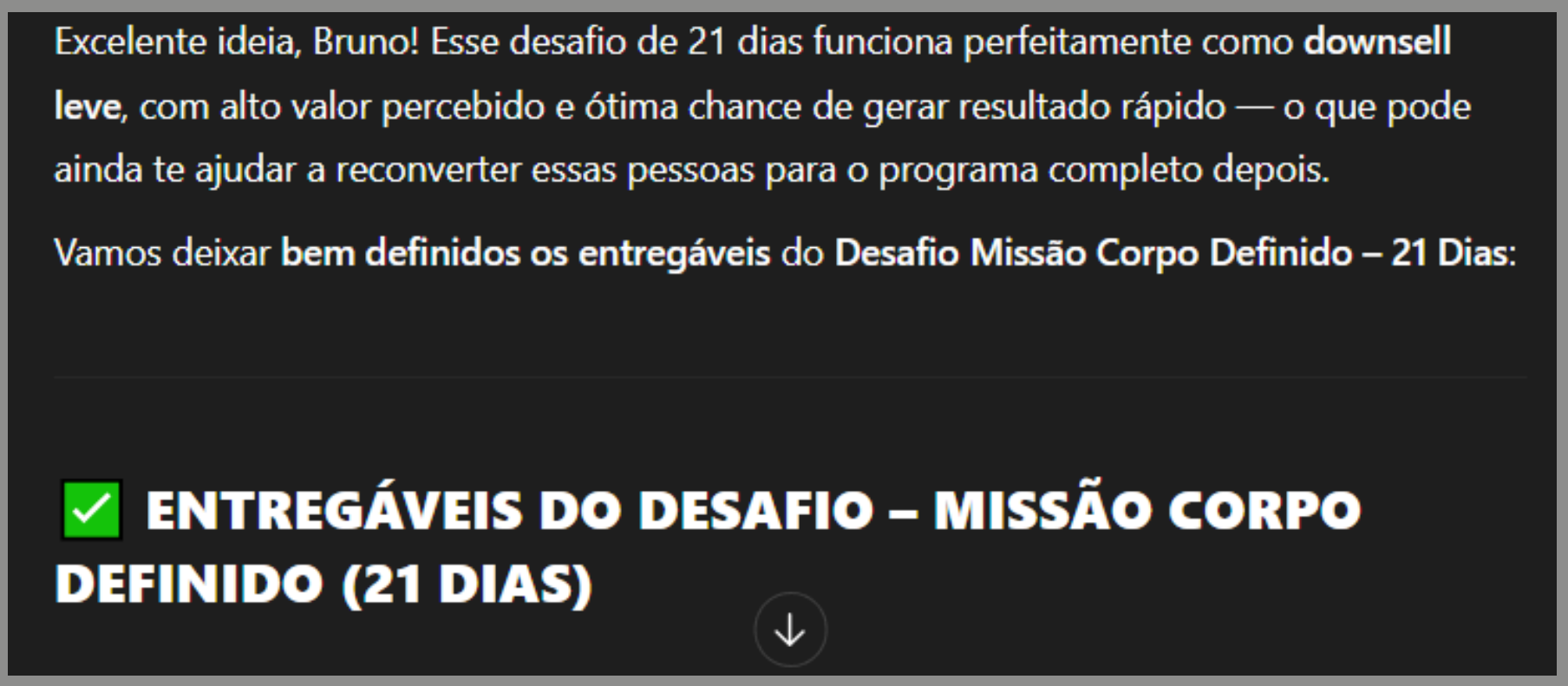
3- Estruturação de Programas e Protocolos

Já usei IA para me ajudar a montar o esqueleto de um desafio de 21 dias e até protocolos semanais do meu método. Como?

Peço algo como: “*Crie um plano de 3 semanas para ajudar homens* a eliminarem a gordura do peito.”

A IA entrega uma base. Eu edito com minha visão clínica e estratégica.

Resultado: economia de tempo e mais foco na personalização.


Excelente ideia, Bruno! Esse desafio de 21 dias funciona perfeitamente como **downsell leve**, com alto valor percebido e ótima chance de gerar resultado rápido — o que pode ainda te ajudar a reconverter essas pessoas para o programa completo depois.

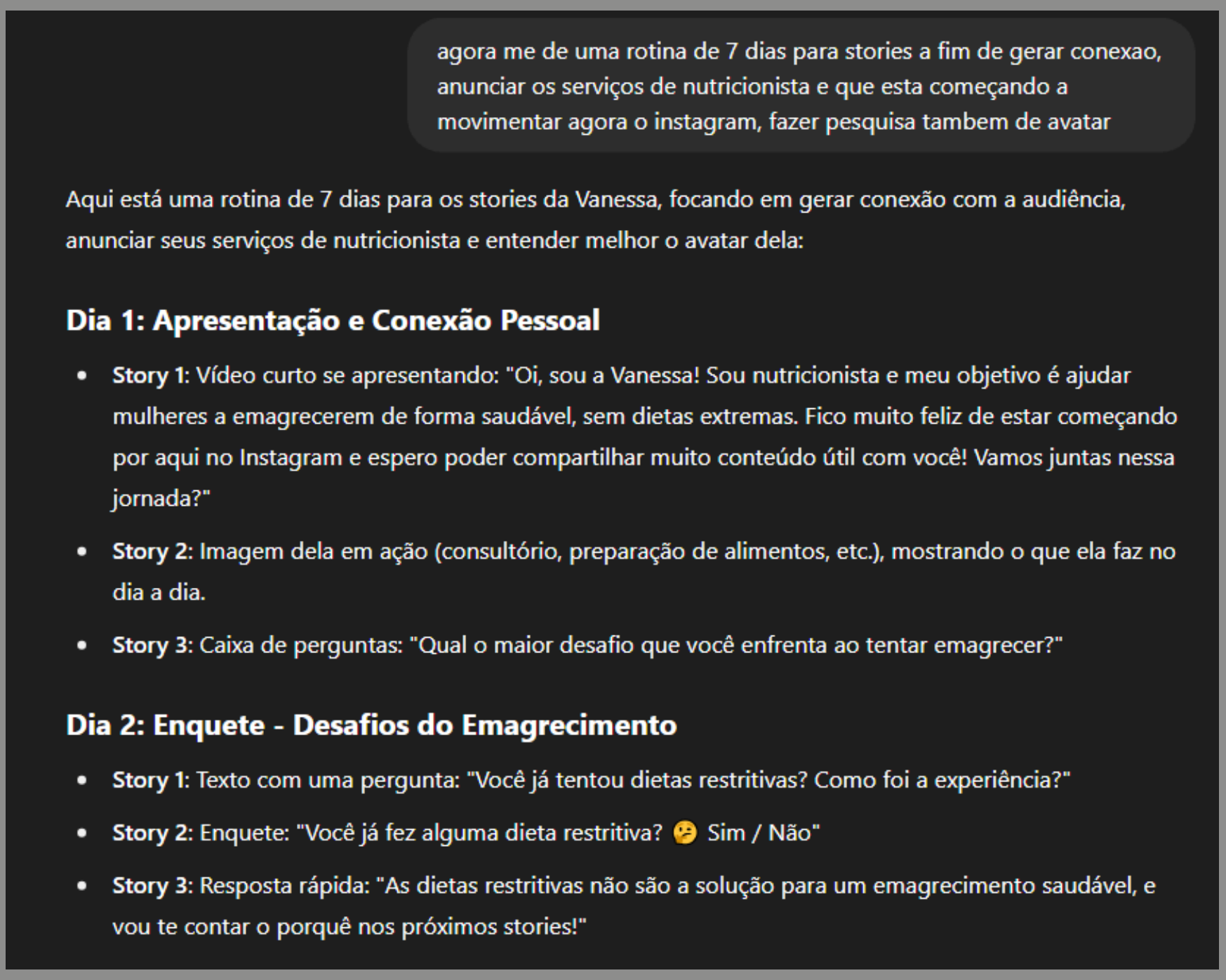
Vamos deixar **bem definidos os entregáveis** do **Desafio Missão Corpo Definido – 21 Dias**:

✅ ENTREGÁVEIS DO DESAFIO – MISSÃO CORPO DEFINIDO (21 DIAS)

Na mentoria com a Vanessa (uma das nutricionistas que acompanho), usei a IA para montar o calendário de postagens dos stories.

Mas não foi copiar e colar. Eu ajustei cada etapa com base no que sei do perfil dela, da rotina, da fase de maturidade digital.

A IA foi minha assistente — a direção foi minha.



agora me de uma rotina de 7 dias para stories a fim de gerar conexao, anunciar os serviços de nutricionista e que esta começando a movimentar agora o instagram, fazer pesquisa tambem de avatar

Aqui está uma rotina de 7 dias para os stories da Vanessa, focando em gerar conexão com a audiência, anunciar seus serviços de nutricionista e entender melhor o avatar dela:

Dia 1: Apresentação e Conexão Pessoal

- **Story 1**: Vídeo curto se apresentando: "Oi, sou a Vanessa! Sou nutricionista e meu objetivo é ajudar mulheres a emagrecerem de forma saudável, sem dietas extremas. Fico muito feliz de estar começando por aqui no Instagram e espero poder compartilhar muito conteúdo útil com você! Vamos juntas nessa jornada?"
- **Story 2**: Imagem dela em ação (consultório, preparação de alimentos, etc.), mostrando o que ela faz no dia a dia.
- **Story 3**: Caixa de perguntas: "Qual o maior desafio que você enfrenta ao tentar emagrecer?"

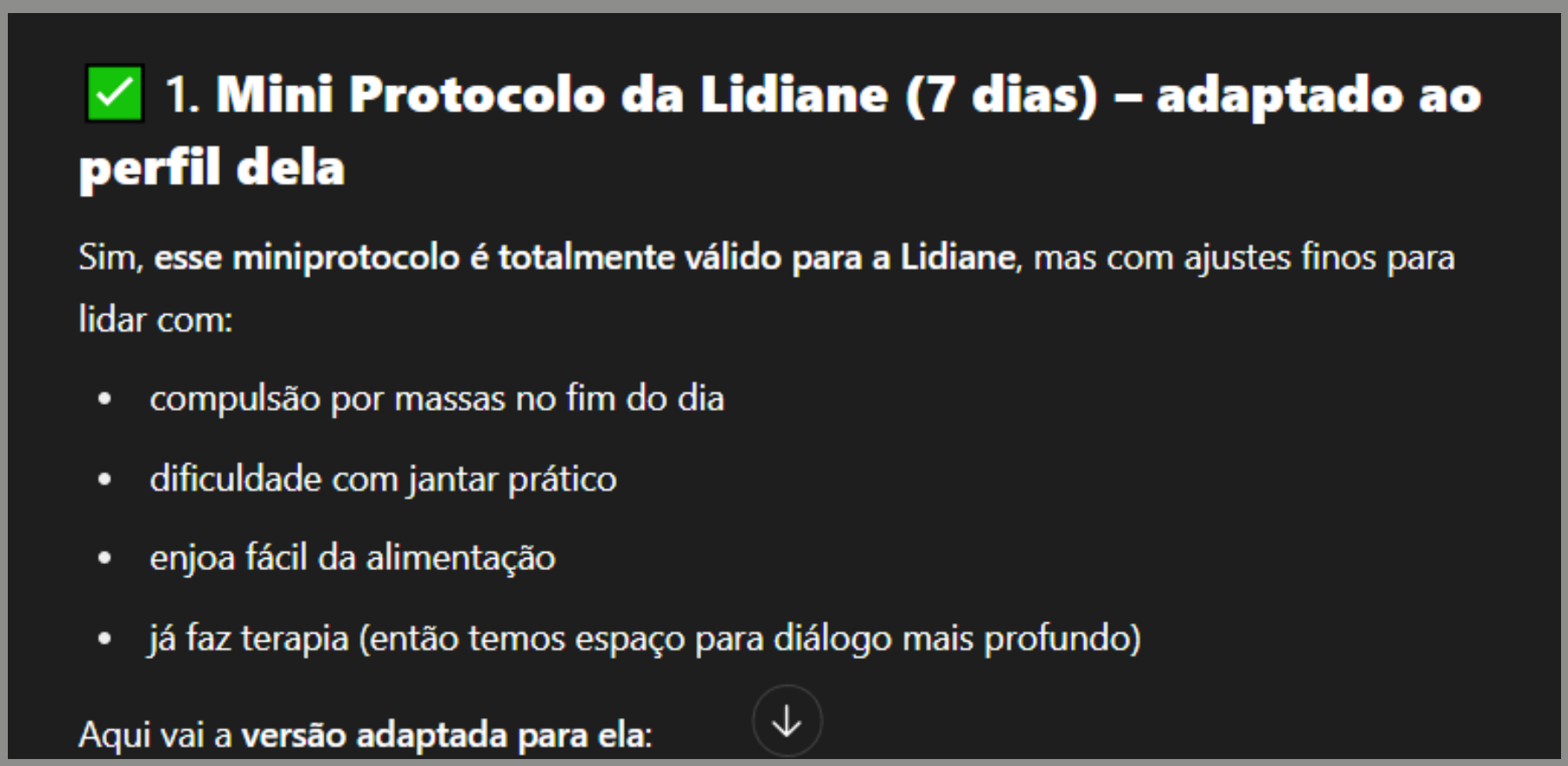
Dia 2: Enquete - Desafios do Emagrecimento

- **Story 1**: Texto com uma pergunta: "Você já tentou dietas restritivas? Como foi a experiência?"
- **Story 2**: Enquete: "Você já fez alguma dieta restritiva? 🤔 Sim / Não"
- **Story 3**: Resposta rápida: "As dietas restritivas não são a solução para um emagrecimento saudável, e vou te contar o porquê nos próximos stories!"

4- Atendimento mais inteligente

Já pedi à IA: *"Sugira perguntas que posso fazer a uma paciente com compulsão alimentar noturna para entender a origem emocional do comportamento."*

Resultado? Um roteiro emocional que refinei com meu olhar clínico.



✅ 1. **Mini Protocolo da Lidiane (7 dias) – adaptado ao perfil dela**

Sim, **esse miniprotocolo é totalmente válido para a Lidiane**, mas com ajustes finos para lidar com:

- compulsão por massas no fim do dia
- dificuldade com jantar prático
- enjoa fácil da alimentação
- já faz terapia (então temos espaço para diálogo mais profundo)

Aqui vai a **versão adaptada para ela**:

5- Campanhas & Anúncios no digital mais eficientes

Criação de textos para anúncios, revisão de e-mails, roteiros de vídeos...

A IA virou meu *brainstormer* — mas o filtro final é meu.

alem disso, acabei de gravar o novo criativo c3 da lipomastia, sugerido recentemente, levando para o whatsapp. me ajude com o titulo descrição e texto principal

🎥 2️⃣ Novo Criativo C3 Lipomastia (leva ao WhatsApp)

Como combinamos, esse criativo é mais firme, direto e qualificativo — ideal para **aumentar a taxa de resposta real no Whats.**

Com base no vídeo que você gravou (com o roteiro: "se você já viu tudo, baixou o material, e ainda está travado..." etc), aqui vai o pacote completo:

🧠 TÍTULO:

👉 *Ainda travado com a gordura no peito?*

💬 DESCRIÇÃO:

Você já assistiu, já leu, já tentou — mas ainda sente que tá empacado?

“O futuro não pertence a quem domina a IA.

Pertence a quem usa a IA com propósito, estratégia e alma.”

Bruno Rodrigo

Se você quer aprender a aplicar tudo isso no seu negócio de nutrição — e crescer no digital sem se perder — te convido a conhecer o método NutriBoss.

Clique aqui e entre no grupo para receber novos materiais como este e outras notificações importantes.

Ou, se quiser dar um passo além, me chama no WhatsApp que te explico melhor como funciona.