**Briefing**

Site: CQuintas Nutri

**Quais são os principais objetivos do site?**

Atrair e converter novos pacientes de forma orgânica e profissional.

Consolidar autoridade científica em nutrição esportiva e bioquímica metabólica.

Compartilhar conteúdo educativo sobre desempenho, metabolismo e suplementação.

**Que tipo de site ele é?**

One Page (página única com navegação fluida e seções âncoras).

Estrutura recomendada:

início: foto profissional, frase de impacto

Sobre**:** apresentação objetiva com formação, valores e diferenciais.

Conteúdo **:** artigos curtos e educativos com base científica.

Contato: WhatsApp, formulário e redes sociais.

**Quais são as mensagens mais importantes que o site deve passar aos visitantes?**

Nutrição esportiva baseada em ciência, equilíbrio e precisão.

Protocolos personalizados que respeitam seu corpo e seus objetivos.

Resultados sustentáveis com foco em saúde e performance.

**Quais são os planos para promover o site?**

Redes sociais.

Busca por palavras-chave (SEO).

**Há uma data aproximada para que o site esteja pronto?**

Dezembro/2025

**INFORMACOES GERAIS SOBRE O WEB SITE**

**Descreva o negócio/produto/empresa como se fosse uma pessoa … sério? Jovem? Confiável? ...? Justifique.**

Técnico, confiável e inteligente.

Científico, mas empático e acessível.

Focado em resultados reais e saúde duradoura.

Tranquilo, seguro e ético.

**Quais são os pontos fortes e fracos do negócio/produto/empresa? Por quê?**

Pontos fortes: Formação sólida e especialização em Bioquímica e Metabolismo Humano.

Atendimento personalizado com base em evidências científicas.

Protocolos de suplementação e estratégias nutricionais individualizadas.

Experiência em performance esportiva, emagrecimento e recomposição corporal.

Pontos fracos: falta de frequência em postagens ou artigos educativos.

ainda construindo autoridade e reconhecimento online.

**Qual a mensagem que melhor descreve o conteúdo/atuação do negócio/produto/empresa?**  
Nutrição esportiva personalizada, com embasamento científico e foco em resultados reais — mais performance, equilíbrio metabólico e saúde duradoura.

**Quem são os concorrentes (se possível envie links de referência)?**  
https://www.biotreino.com.br/

**PÚBLICO-ALVO**

**O que o site irá oferecer ao seu público-alvo?**

Informações claras sobre os serviços e especialidades em nutrição esportiva e bioquímica metabólica.

Conteúdo educativo sobre desempenho, metabolismo, suplementação e saúde.

Diferenciais profissionais, formação acadêmica e abordagens baseadas em ciência.

Facilidade de contato

**O que os visitantes devem fazer no site?**

Entender rapidamente **quem é o Dr. Otávio Quintas** e seu diferencial científico.

Entrar em contato via **WhatsApp ou Redes sociais**.

Explorar **os serviços e áreas de atuação** (hipertrofia, emagrecimento, metabolismo).

Ler conteúdos curtos que reforcem autoridade e credibilidade.

**Qual o conhecimento que os visitantes do site têm de internet/web? E o conhecimento técnico?**

**Nível de internet:** intermediário — acostumados com redes sociais e sites simples, mas preferem navegação intuitiva e direta.

**Nível técnico:** baixo — não são especialistas em nutrição nem em tecnologia; precisam de explicações simples e visuais.

**CONTEÚDO**

**Que informação do site mudará(atualização)? Com que frequência e com que abrangência?**

Depoimentos e resultados de pacientes (meta de 1 nova atualização por trimestre) e conteúdos curtos sobre nutrição esportiva e metabolismo (1 novo artigo ou post por mês).

**Quem se beneficia com as atualizações?**

Todos que buscam **informações confiáveis e atualizadas sobre nutrição esportiva, desempenho e saúde metabólica**, além de pacientes que desejam acompanhar **novos resultados e conteúdos educativos**.

**APARENCIA (DESIGN)**

**Tem em mente alguma aparência para o web site?**

Home:

https://html5css3.com.br/

Conteúdo:

https://html5css3.com.br/

**Quais são alguns outros sites da web que você gosta? O que você gosta a respeito deles? Se possível, envie links de referência.**