

# Sequencias de Email — Protocolo M3-Longevidade

---

## Sequencia 1: Welcome (3 emails)

### Email 1 — Boas-Vindas (Imediato apos compra)

**Subject:** Seu livro esta a caminho + acesse seus bonus AGORA **Preview:** Links internos para seus 3 bonus digitais

Ola, {NOME}!

Voce acabou de tomar uma decisao inteligente.

O livro "Envelhecimento Humano: O Impacto do Exercicio Fisico" esta sendo preparado para envio. Voce recebera o codigo de rastreamento em ate 48 horas.

Enquanto o livro chega, seus bonus digitais ja estao disponiveis:

**Bonus 1:** Curso Express — Como Prospectar Idoso [LINK] **Bonus 2:** Workshop Biomecanica MMSS [LINK] **Bonus 3:** Ebook Desempenho Humano [LINK]

**Recomendacao:** Comece pelo Bonus 1 enquanto espera o livro. Ele te mostra como atrair clientes idosos que pagam o que voce merece.

Quando o livro chegar, va direto para o Capitulo 4 (Algoritmo de Sarcopenia) ou Capitulo 12 (Treinamento Multicomponente). Esses dois capitulos SOZINHOS ja valem mais que a maioria dos cursos de pos-graduacao.

Qualquer duvida, responda este email.

Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra

P.S. Acesse nosso grupo exclusivo no WhatsApp: [LINK]. La voce encontra outros profissionais que aplicam o Protocolo M3-Longevidade.

---

### Email 2 — Primeiro Passo (Dia 2)

**Subject:** Por onde comecar? (comece aqui antes do livro chegar) **Preview:** O capitulo que muda tudo -- e voce pode estudar ANTES do livro chegar

{NOME}, uma dica rapida.

Quando o livro chegar, voce vai querer comecar pelo inicio -- Capitulo 1, depois 2, depois 3...

NAO faca isso.

Va direto para o **Capitulo 4: O Algoritmo de Decisao da Sarcopenia**.

Por que? Porque esse capitulo te da a ferramenta que falta: um fluxograma que mostra em 5 minutos se o exercicio do seu cliente esta funcionando.

Sabe aquela sensacao de "sera que estou fazendo certo?" que te acompanha toda segunda-feira? Esse capitulo ELIMINA ela.

Enquanto o livro nao chega, comece pelo **Bonus 2 (Workshop Biomecanica)**. Ele vai preparar voce para aplicar os protocolos do livro com SEGURANCA.

*Amanha te envio algo sobre o maior erro que profissionais cometem com idosos -- e que talvez voce esteja cometendo agora.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

---

### **Email 3 — Tracking (Dia 3-5, quando disponível)**

**Subject:** Seu livro SAIU! Rastreie aqui **Preview:** Codigo de rastreamento + prazo estimado de entrega

*{NOME}, ótima notícia!*

*Seu livro "Envelhecimento Humano" foi despachado e esta a caminho.*

**Codigo de rastreamento:** {CODIGO} **Rastreie aqui:** [LINK CORREIOS] **Prazo estimado:** {X} dias uteis

*Enquanto espera, lembre-se: os bonus digitais ja estao disponiveis. Nao perca tempo.*

*E na proxima semana, comeco a te enviar uma serie de emails sobre a historia por tras do Protocolo M3-Longevidade. Voce vai entender por que Ewertton dedicou 15 anos de pesquisa a esse metodo.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

---

## **Sequencia 2: Soap Opera (5 emails)**

### **SOS Email 1 — "O pai dele tinha Parkinson" (Dia 5)**

**Subject:** O pai dele tinha Parkinson. O que aconteceu mudou tudo. **Preview:** A historia que Ewertton nunca contou em entrevista

*{NOME},*

*Ewertton Bezerra nao virou pesquisador em gerontologia por acaso.*

*O pai dele tinha Parkinson.*

*E Ewertton viu, com os proprios olhos, o pai melhorar 40% na marcha -- 40%! -- com exercicios ESPECIFICOS. Nao exercicios genericos de academia. Exercicios de um protocolo cientifico que ninguem tinha organizado em livro.*

*Naquele momento, ele fez uma promessa: "Vou transformar isso em algo que QUALQUER profissional possa aplicar."*

*Mas tinha um problema. Um problema que quase destruiu a pesquisa antes dela comecar.*

*Amanha te conto qual era.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

*P.S. Se voce ainda nao acessou os bonus, faca isso agora: [LINK]. O Curso Express de Prospeccao ja ajudou centenas de profissionais a lotar a agenda.*

---

### **SOS Email 2 — "A ciencia existia. O metodo nao." (Dia 7)**

**Subject:** A ciencia existia. O metodo nao. (esse era o problema) **Preview:** Por que 10 anos de pesquisa quase foram pro lixo

*{NOME},*

*Ontem te contei sobre o pai deus. Hoje, o problema.*

*O Treinamento Multicomponente ja era reconhecido como padrao-ouro para idosos. A ciencia EXISTIA. Artigos da USP, da UNIFESP, da UFSCar -- todos confirmando: integrar forca + equilibrio + coordenacao + cognicao funciona MELHOR que treinar cada um separado.*

*Mas quando profissionais tentavam aplicar... nao sabiam como.*

*Qual exercicio primeiro? Em que ORDEM? Como saber se estava funcionando? Como adaptar para uma pessoa com osteoporose vs uma com Parkinson?*

*A ciencia dizia O QUE fazer. Ninguem ensinava COMO.*

*Ewertton passou 15 anos tentando resolver isso. Publicou 90 artigos. Escreveu 8 livros. Testou com milhares de idosos.*

*Ate que encontrou a resposta. Ele chamou de Matriz PIVOT-3D.*

*Na quinta-feira te explico o que essa matriz faz de diferente.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

---

### **SOS Email 3 — "Os 5 circuitos desligados" (Dia 9)**

**Subject:** Seu cliente idoso tem 5 circuitos DESLIGADOS (e voce so trata 1) **Preview:** A descoberta que mudou a forma de treinar idosos

*{NOME},*

*Hoje vou te contar a parte que muda tudo.*

*A maioria dos profissionais trata fragilidade senil como PERDA DE FORCA. Prescreve treino de forca. O idoso fica mais forte. Mas continua caindo no banheiro.*

*Por que?*

*Porque a fragilidade senil nao e perda de um sistema. E uma DESCONEXAO INTEGRADA dos sistemas. Sao 5 circuitos que se deterioram ao mesmo tempo: forca, equilibrio, coordenacao, propriocepcao e cognicao.*

*Tratar so forca e como trocar so o pneu de um carro que tem motor, freio e suspensao com defeito.*

*A Matriz PIVOT-3D faz o que ninguem mais faz: RECONECTA os 5 circuitos em sequencia neurologica ideal. Nao mistura tudo aleatoriamente -- usa um algoritmo que identifica quais circuitos priorizar para CADA idoso.*

*Resultado: o que chamamos de Rejuvenescimento Funcional Acelerado.*

*A Dona Maria, 78 anos, voltou a dançar forró. Depois de 8 ANOS parada. Nao porque ficou forte. Porque os 5 circuitos foram RECONECTADOS.*

*Tudo isso esta no livro que esta a caminho da sua casa. Capitulo 12 e 13 especialmente.*

*Domingo te envio o email final desta serie. E vou te mostrar como profissionais que aplicam isso estao cobrando 2.5x mais.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

---

## SOS Email 4 — "De R\$80 para R\$200" (Dia 11)

**Subject:** Como profissionais que aplicam este protocolo cobram R\$200/sessao **Preview:** Nao e sobre talento. E sobre metodo documentado.

{NOME},

*Pergunta rapida: quanto voce cobra por sessao?*

*Se a resposta for algo entre R\$60 e R\$100, voce esta na media. E a media, nesse mercado, e pouco.*

*Profissionais que aplicam o Protocolo M3-Longevidade com a Matriz PIVOT-3D cobram entre R\$150 e R\$250 por sessao. Nao porque sao "melhores" -- porque tem METODO DOCUMENTADO.*

*Quando voce mostra para um geriatra um fluxograma que diz "Cliente com osteoporose grave -- Passo 1: avaliar com escala X. Passo 2: iniciar com protocolo Y. Passo 3: progedir conforme indicador Z"... o geriatra para de perguntar "tem base cientifica?" e comeca a INDICAR pacientes.*

*Indicacao medica = clientes que PAGAM o que voce cobra.*

*O livro ta chegando. Quando chegar, leia os Capitulo 4 e 13 primeiro. Eles dao a voce as ferramentas de avaliacao e sequenciamento que justificam profissionalmente cobrar mais.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

---

## SOS Email 5 — "A escolha de 6 meses" (Dia 13)

**Subject:** Daqui a 6 meses, qual cenario sera o seu? **Preview:** A decisao que deividu profissionais medianos de referencias

{NOME},

*Este e o ultimo email desta serie. E o mais importante.*

*Daqui a 6 meses, um desses cenarios sera o SEU:*

**Cenario A:** *Voce leu o livro por cima, guardou na estante, e continuou com os mesmos exercicios. A Dona Clara ja desistiu. O geriatra continua cético. Voce continua a R\$80/sessao.*

**Cenario B:** *Voce leu os Capitulo 4, 5, 12 e 13. Aplicou o algoritmo com 3 clientes. Viu resultados em 30 dias. Mostrou os resultados para o geriatra da clinica. Ele indicou 2 pacientes. Voce subiu pra R\$180/sessao.*

*A diferenca entre A e B nao e o livro em si. E voce APLICAR.*

*O livro ja esta a caminho (ou ja chegou). Os bonus ja estao disponiveis.*

*Agora e com voce.*

*Aplique. Documente. Mostre resultados. O resto vem automaticamente.*

*Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra*

*P.S. Se quiser ir alem, o Curso "Envelhecimento: Da Avaliacao ao Treinamento" transforma tudo do livro em formato video. E o livro, so que voce ME VE aplicando. R\$147: [\[LINK\]](#)*

---

## Sequencia 3: Cart Abandonment (3 emails)

## CART Email 1 — Lembrete (1 hora apos abandono)

**Subject:** Voce esqueceu algo? Seu livro esta esperando. **Preview:** O "Envelhecimento Humano" ainda esta no seu carrinho

{NOME},

Voce quase garantiu o livro "Envelhecimento Humano". Seu carrinho ainda esta aberto.

R\$47 com frete gratis + 3 bonus (valor R\$350). Garantia de 30 dias.

[CTA: Completar minha compra]

Se teve algum problema tecnico, responda este email.

---

## CART Email 2 — Objecao (12 horas)

**Subject:** Se foi o preco que te travou, leia isso **Preview:** R\$47 e menos que voce pensa

{NOME},

R\$47 e:

- Menos que uma sessao de personal
- Menos que uma pizza na sexta
- Menos que o cafezinho da semana na academia

Mas e o suficiente para ter 15 capitulos de protocolos validados por USP, UNIFESP e UFSCar.

E se nao funcionar? Devolucao total em 30 dias. Fica com os bonus.

O risco de NAO comprar e maior que o de comprar.

[CTA: Garantir meu livro agora]

---

## CART Email 3 — Urgencia (24 horas)

**Subject:** Ultima chance — estoque limitado do livro fisico **Preview:** Tiragem limitada. Bonus podem mudar.

{NOME},

A tiragem do livro fisico e limitada. Os precos e bonus que voce viu ontem sao validos enquanto durar o estoque atual.

15 capitulos. 90 artigos de referencia. 3 bonus (R\$350 de valor). R\$47 com frete gratis.

Profissionais que aplicam este protocolo cobram 2-3x mais por sessao.

Voce tinha uma boa razao pra comecar ontem. Ela ainda e valida hoje.

[CTA: Garantir antes que esgote]

---

## Sequencia 4: Post-Purchase (5 emails)

### PP Email 1 — "Chegou?" (Dia 10-12, apos envio)

**Subject:** Seu livro chegou? Comece por AQUI **Preview:** O capitulo que muda tudo (nao e o primeiro)

{NOME},

Seu livro deve estar chegando (ou ja chegou). Se ainda nao recebeu, cheque o rastreamento: [LINK]

Quando abrir o livro, NAO comece pelo capitulo 1.

Va direto para o **Capitulo 4** (Algoritmo de Sarcopenia) ou **Capitulo 12** (Treinamento Multicomponente). Esses sao os capitulos que te dao resultados praticos IMEDIATOS.

Depois, leia o **Capitulo 13** (Algoritmo de Analise + Ordem de Aplicacao). Esse e o coracao do PIVOT-3D.

Um abraço, Equipe Ewertton Bezerra

---

## PP Email 2 — "Primeiro protocolo" (Dia 14)

**Subject:** Desafio: aplique 1 protocolo esta semana **Preview:** Escolha 1 cliente. Aplique 1 teste. Veja o resultado.

{NOME},

Voce ja tem o livro ha alguns dias. Hora de APLICAR.

**Desafio da semana:** Escolha 1 cliente idoso. Aplique o teste de sarcopenia do Capitulo 4. Documente o resultado.

Na proxima semana, aplique o protocolo recomendado pelo algoritmo. Documente novamente.

Em 30 dias, voce tera um ANTES E DEPOIS documentado. Isso vale mais que qualquer certificado.

Compartilhe seu resultado no grupo WhatsApp: [LINK]

---

## PP Email 3 — "Mostre pro geriatra" (Dia 21)

**Subject:** Hora de mostrar seus resultados pro geriatra **Preview:** Essa e a parte que transforma sua carreira

{NOME},

Se voce aplicou o protocolo com pelo menos 1 cliente, agora tem dados. DADOS REAIS.

Proximo passo: mostre para um geriatra ou fisiatra da sua regio.

Nao precisa ser elaborado. Apenas:

- "Apliquei o protocolo de Treinamento Multicomponente com a Matriz PIVOT-3D"
- "Aqui estao os resultados em 3 semanas"
- "Gostaria de receber indicacoes de pacientes"

Quando voce mostra DADOS + METODO NOMEADO + REFERENCIA CIENTIFICA... o medico para de ver voce como "o professor" e comeca a ver como PARCEIRO CLINICO.

Isso muda tudo.

---

## PP Email 4 — "30 dias" (Dia 30)

**Subject:** 30 dias com o protocolo. Como foi? **Preview:** Hora de avaliar + lembrete da garantia

{NOME},

Faz 30 dias que voce recebeu o livro. Hora de avaliar:

- Aplicou pelo menos 1 protocolo? [ ] Sim [ ] Nao
- Viu resultado mensuravel? [ ] Sim [ ] Nao
- Mostrou resultados para medico/geriatra? [ ] Sim [ ] Nao

Se respondeu SIM a pelo menos 1: parabens, voce esta no caminho. Se respondeu NAO a tudo: sem problemas, mas recomendo comecar pelo Capitulo 4 HOJE.

**Lembrete:** Hoje e o ultimo dia da garantia "Vovo Dançando ou Dinheiro de Volta". Se voce realmente nao viu valor, responda este email para solicitar devolucao.

Mas se viu... o proximo passo e o Curso em video: [LINK]

---

## PP Email 5 — "Proximo nivel" (Dia 45)

**Subject:** Pronto para o proximo nivel? **Preview:** O curso que transforma seu livro em video

{NOME},

Voce ja tem o livro. Ja aplicou (espero!) pelo menos 1 protocolo.

Se voce aprende melhor ASSISTINDO do que lendo, o proximo passo faz sentido:

O Curso "Envelhecimento: Da Avaliacao ao Treinamento" e o livro em formato VISUAL. Demonstro cada protocolo, cada avaliacao, cada progressao em video.

Mesmo conteudo. Formato diferente. Para quem quer VER antes de aplicar.

R\$147 (ou 12x R\$15,20): [LINK]

Voce ja deu o primeiro passo. O segundo e VER a tecnica em acao.

---

\*16 emails em 4 sequencias | \* Welcome (3) + Soap Opera (5) + Cart Abandonment (3) + Post-Purchase (5)