

15

GRÁTIS

# 15 Nichos com Dor Real em Portugal.

Problemas reais, procura comprovada e o produto óbvio para cada um.

## MÉTODO INVISÍVEL

# 15 problemas à espera de solução.

Publicámos estes 15 nichos, um a um, na página. Cada um passou nos mesmos três filtros. Aqui estão os 15, juntos, para consultares sempre que precisares de uma ideia para começar.

- 1 Dor real.** Não é um passatempo nem uma curiosidade. É um problema que tira o sono, que dá aperto no peito, que a pessoa sente todos os dias.
- 2 Procura comprovada.** Alguém já anda a pesquisar isto, muitas vezes em privado e à noite. A vontade de resolver já existe. Não é preciso criar o desejo.
- 3 Pouca concorrência em português.** Há muito conteúdo genérico e traduzido do inglês, mas quase nenhum guia claro, prático e pensado para a realidade portuguesa.

**NOTA**

Os produtos e os preços que vais ver são exemplos concretos do que se pode criar em cada nicho. Um PDF bem feito, entre 9,99€ e 14,99€, sem stock, sem envios, sem aparecer. É este o modelo.

## MÉTODO INVISÍVEL

# Os nichos.

Cada ficha tem a dor nas palavras de quem a sente, o contexto, o produto óbvio e porque vale a pena.

## 01 • Preparação para emergências

**A DOR**

**Atualidade.** "E se acontecer aqui? O que temos em casa?"

A guerra na Ucrânia. Os sismos. As cheias. De repente, milhões de portugueses fizeram a mesma pergunta ao mesmo tempo. Ninguém tinha resposta. Ninguém tinha um guia em português.

- **Produto óbvio:** Como preparar a tua família para uma emergência
- **Formato e preço:** PDF, 20 páginas, 9,99€
- **Porquê:** Cada notícia de crise reacende a procura. É o único nicho que a atualidade alimenta sozinha.

## 02 • Sono do bebé

**A DOR**

**Família.** "São 3h da manhã. O bebé não dorme. Eu não durmo."

Já tentaram tudo. O pediatra diz que é normal. Para quem passa a noite acordado, não tem nada de normal. Há pais que dariam qualquer coisa por uma noite inteira de sono.

- **Produto óbvio:** Rotinas de sono por faixa etária
- **Formato e preço:** Guia, 22 páginas, 14,99€
- **Porquê:** Procura constante, todo o ano. Há sempre pais sem dormir.

## 03 • Menopausa e afrontamentos

**A DOR**

**Saúde.** "Tenho afrontamentos 10 vezes por dia. Não durmo bem há 2 anos."

Um tema que afeta muitas mulheres e com pouca informação prática em português. O acompanhamento é do médico; um guia pode ajudar no dia a dia.

- **Produto óbvio:** 22 estratégias do dia a dia para lidar com os afrontamentos e dormir melhor. Não substitui o médico.
- **Formato e preço:** Guia prático, 12,99€
- **Porquê:** Há procura, mas é tema de saúde: só com informação verificada e sempre como complemento ao médico.

**ATENÇÃO**

Atenção: Não recomendado como 1.º produto: temas de saúde têm análise mais exigente na Hotmart e pedem cuidado redobrado.

## 04 • Creche Feliz

**A DOR**

**Família.** "Qual é a creche aderente? O meu filho é elegível? Como faço a candidatura?"

O Governo lançou o programa Creche Feliz e os pais ficaram perdidos. Informação dispersa, respostas contraditórias, zero guia claro para pais normais.

- **Produto óbvio:** O programa Creche Feliz explicado passo a passo, para pais e não para burocratas
- **Formato e preço:** PDF prático, 9,99€
- **Porquê:** Procura enorme e oferta zero. O produto mais fácil de criar da lista.

## 05 • Divórcio com filhos

**A DOR**

**Família.** "Estou a passar por um divórcio. Os meus filhos estão a sofrer. Não sei o que dizer-lhes."

O nicho mais sensível da lista. A pessoa não pesquisa durante semanas: decide em minutos e compra porque precisa agora.

- **Produto óbvio:** Guia para pais em separação: como falar com os filhos
- **Formato e preço:** Guia prático, 12,99€
- **Porquê:** Quem compra, precisa mesmo. A dor faz a venda.

---

## 06 • Mudar de carreira depois dos 40

**A DOR**

**Trabalho.** "Odeio o meu emprego há 8 anos. Será que já é tarde demais?"

Uma dor dupla, emocional e financeira. A pergunta "será tarde demais?" é das mais poderosas que existem, e ninguém a responde a sério em português.

- **Produto óbvio:** Plano de 90 dias para mudar de carreira sem perder tudo no processo
- **Formato e preço:** Plano de ação, 14,99€
- **Porquê:** Uma urgência que cresce com cada ano que passa.

---

## 07 • Cão novo em casa

**A DOR**

**Animais.** "Acabei de adotar um cão. Faz as necessidades em todo o lado. Morde tudo. Não dorme de noite."

Chega um cão e, em três dias, a casa vira caos. Em Portugal há mais de 2 milhões de cães (Fonte: SIAC, 2025) e quase nenhum dono recebe orientação quando adota.

- **Produto óbvio:** Os primeiros 30 dias com um cão novo
- **Formato e preço:** Guia prático, 9,99€
- **Porquê:** Tudo o que ninguém te diz quando assinas os papéis da adoção. Concorrência em português: nula.

---

## 08 • Deixar de fumar sem abstinência

**A DOR**

**Saúde.** "Já tentei 4 vezes. Duro 2 semanas e volto sempre."

Deixar de fumar é a dor que volta todos os janeiros, mas este nicho vende o ano inteiro, cada vez que a pessoa tenta de novo.

- **Produto óbvio:** 25 técnicas para te ajudar a deixar de fumar, passo a passo
- **Formato e preço:** Guia prático, 9,99€
- **Porquê:** A procura repete-se a cada nova tentativa, mas é tema de saúde: informação verificada e nenhuma promessa de resultado.

**ATENÇÃO**

Atenção: Não recomendado como 1.º produto: temas de saúde têm análise mais exigente na Hotmart e pedem cuidado redobrado.

---

## 09 • Negociar o salário em Portugal

**A DOR**

**Dinheiro.** "Sei que ganho abaixo do mercado. Tenho medo de pedir aumento."

O português tem vergonha de pedir, mas pesquisa como fazer, em privado, à noite. Um dos nichos mais subestimados da lista.

- **Produto óbvio:** Scripts prontos para o mercado português: como pedir e o que dizer se disserem não
- **Formato e preço:** Guia + scripts, 12,99€

- **Porquê:** Procurado em privado. Sem concorrência séria em português.

---

## 10 • Ansiedade no trabalho

### A DOR

**Saúde.** "Fico ansioso antes das reuniões. Chego a casa esgotado. Não consigo desligar."

Domingo à noite, o estômago aperta só de pensar em segunda-feira. Muita gente procura ferramentas simples para o dia a dia.

- **Produto óbvio:** 17 técnicas práticas para lidar com a ansiedade no trabalho. Não substitui acompanhamento profissional.
- **Formato e preço:** Guia prático, 9,99€
- **Porquê:** Procura constante, mas é tema de saúde: não substitui acompanhamento profissional.

### ATENÇÃO

Atenção: Não recomendado como 1.º produto: temas de saúde têm análise mais exigente na Hotmart e pedem cuidado redobrado.

---

## 11 • Comprar casa pela primeira vez

### A DOR

**Dinheiro.** "Não percebo nada de crédito. Tenho medo de assinar algo errado. É uma decisão de 30 anos."

É a maior compra da vida e ninguém ensinou a fazê-la. Alta ansiedade, alta urgência. A pessoa quer perceber e não quer ser enganada.

- **Produto óbvio:** Do crédito ao contrato: um guia em português simples para quem compra casa pela primeira vez
- **Formato e preço:** Guia completo, 14,99€
- **Porquê:** Numa decisão de 30 anos, ninguém regateia 14,99€.

## 12 • Alimentação de crianças seletivas

**A DOR**

**Família.** "O meu filho só come 5 alimentos. Estou a falhar como pai."

Jantar: outra vez a mesma guerra com a criança que só come três coisas. Sentimento de culpa, decisão emocional, compra imediata.

- **Produto óbvio:** 14 dias de menus e estratégias para introduzir alimentos novos, sem birras
- **Formato e preço:** Plano de 14 dias, 14,99€
- **Porquê:** Compra emocional e imediata.

---

## 13 • Intestino irritável e inchaço

**A DOR**

**Saúde.** "Tenho sempre a barriga inchada. Já fiz exames, não têm nada. O médico disse que é stresse. Para mim não é stresse."

Um tema em que muitas pessoas se sentem incompreendidas e procuram informação prática, em complemento ao acompanhamento médico.

- **Produto óbvio:** Guia de hábitos do dia a dia para lidar com o inchaço. Não substitui o médico.
- **Formato e preço:** Guia prático, 12,99€
- **Porquê:** Dor crónica e procura repetida, mas é tema de saúde: só com informação verificada.

**ATENÇÃO**

Atenção: Não recomendado como 1.º produto: temas de saúde têm análise mais exigente na Hotmart e pedem cuidado redobrado.

## 14 • Ataques de pânico

**A DOR**

**Saúde.** "Tive um ataque de pânico. Tenho medo de ter outro. Não quero que ninguém saiba."

Um tema sensível. Quem procura está assustado e precisa, antes de mais, de acompanhamento profissional. Um guia pode ajudar a perceber o que se passa e onde pedir ajuda.

- **Produto óbvio:** O que fazer quando sentes um ataque a chegar e onde pedir ajuda. Não substitui acompanhamento profissional.
- **Formato e preço:** Guia prático, 14,99€
- **Porquê:** Tema sensível: exige informação verificada, contactos de ajuda e nenhuma promessa de cura.

**ATENÇÃO**

Atenção: Não recomendado como 1.º produto: temas de saúde têm análise mais exigente na Hotmart e pedem cuidado redobrado.

## 15 • Vender PDFs em Portugal

**A DOR**

**Digital.** "Quero ganhar um extra, de forma honesta, sem exageros nem promessas irreais."

O último nicho da série e o mais próximo do tema desta página. Existe um mercado crescente de portugueses que querem aprender a vender online, sem os esquemas do costume.

- **Produto óbvio:** O Método Invisível: a tua página no ar em 10 dias
- **Formato e preço:** Guia + 5 bónus, em [metodoinvisible.pt](https://metodoinvisible.pt)
- **Porquê:** É o tema do guia Método Invisível.

## MÉTODO INVISÍVEL

# Falta pô-los a render.

---

**Escolher o nicho é o primeiro passo. Depois é preciso a página, o produto, a página de vendas e o método para vender sem aparecer.** É isso que o Método Invisível te ensina, passo a passo.

Está tudo no guia Método Invisível, em **metodoinvisible.pt**: a tua página no ar em 10 dias, mesmo que nunca queiras mostrar a cara.