itrendy

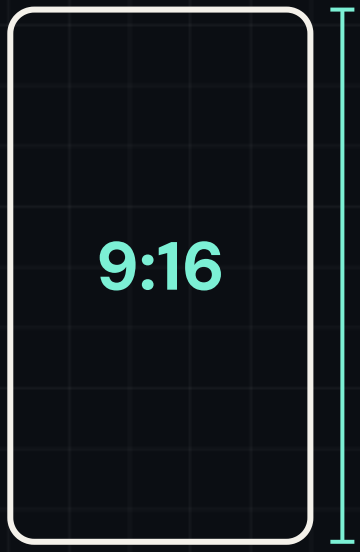
GUIDA PDF · 2026

Tutti i formati *dei social*

Le misure che usiamo noi in iTrendy per ogni video che pubblichiamo: proporzioni, pixel, zone coperte dall'app e impostazioni di esportazione.

Reel | TikTok | Shorts | YouTube | LinkedIn

BONUS · POST E STORIES



01 · INSTAGRAM

Reel *e copertina*

Il Reel resta sempre verticale. Quello che cambia è dove l'app appoggia la sua interfaccia, e come taglia la copertina nella griglia del profilo.

9:16

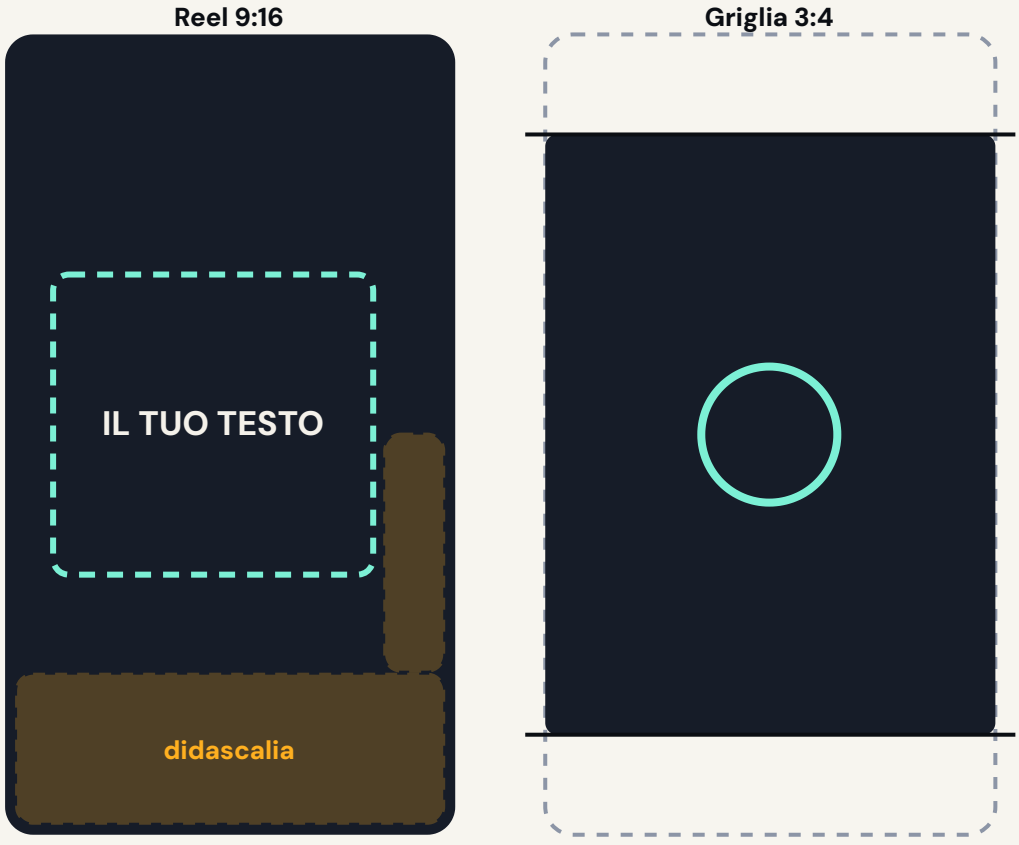
1080 × 1920 px

- Almeno 30 fps e 720 px di risoluzione.
- Zone coperte: 250 px in alto, 450 px in basso, 100 px a sinistra, 200 px a destra.
- Area libera per i testi: 780 × 1220 px al centro.

3:4

1080 × 1440 px visibili nella griglia

- La copertina del Reel perde 240 px sopra e 240 px sotto (nel feed in 4:5 ne perde 285).
- Titolo e volto nel rettangolo centrale 1080 × 1350 px: si vedono sia nel feed sia nella griglia.



Fonti: Centro assistenza Instagram (Reel: almeno 30 fps e 720 px; griglia in 3:4); manuale operativo iTrendy «Safe area social media 2026» (margini organici, ritagli). Per le inserzioni Meta indica 269 / 672 / 65 px.

02 · TIKTOK E YOUTUBE

Verticale per tutti, *tranne uno*

TikTok e Shorts usano lo stesso formato del Reel. Il video classico di YouTube invece è orizzontale.

TIKTOK

9:16

1080 × 1920 px

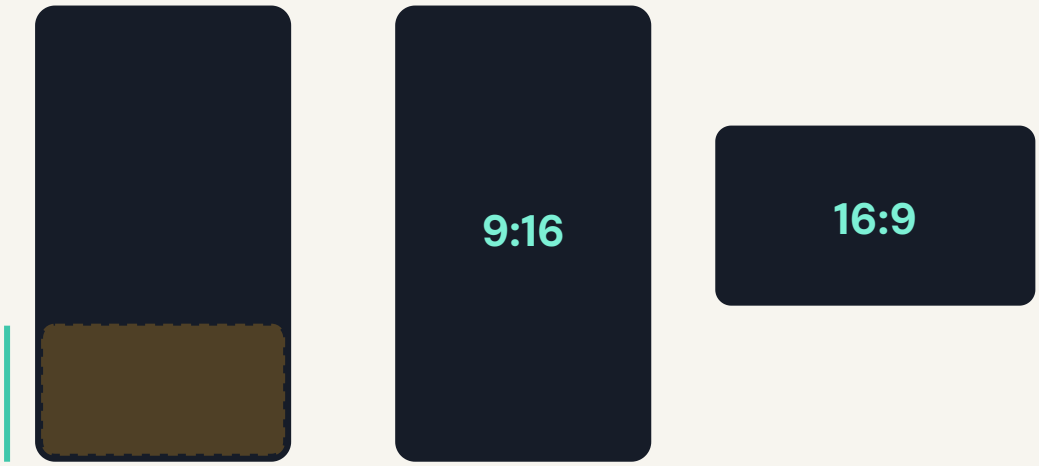
- Zone coperte: 250 px in alto, 500 px in basso, 100 px a sinistra, 200 px a destra.
- In basso copre 50 px più di Instagram: testi e sottotitoli sopra i 500 px.

> Per le inserzioni In-Feed il template ufficiale TikTok è più severo: 240 px in alto, 660 in basso, 120 ai lati.

YOUTUBE

Shorts	9:16 · 1080 × 1920
Zone Shorts	220 · 500 · 65 · 200 px
Video classico	16:9 · 1920 × 1080
Video in 4K	16:9 · 3840 × 2160
Miniatura video	16:9 · fino a 3840 × 2160
Miniatura Shorts	9:16 · fino a 2160 × 3840

Miniature: almeno 640 px sul lato lungo, JPG o PNG.



Fonti: YouTube Help «Impostazioni di codifica consigliate per i caricamenti» (support.google.com/youtube/answer/1722171) e «Aggiungere miniature dei video» (answer/72431). Zone coperte: manuale operativo iTrendy «Safe area social media 2026»; per le inserzioni, template ufficiali TikTok.

03 · LINKEDIN E QUALITÀ

Più spazio nel feed, *più qualità*

LINKEDIN

4:5

1080 × 1350 px

- Accetta video da 256 × 144 a 4096 × 2304 px, con proporzioni da 1:2,4 a 2,4:1.
- Video verticale: zone di 260 / 560 / 112 / 210 px (alto, basso, sinistra, destra).
- Dal telefono, a parità di larghezza, un 4:5 è 2,2 volte più alto di un 16:9: occupa più spazio nel feed.



INSTAGRAM

Instagram comprime ogni video. La qualità con cui lo mostra dipende anche da quante visualizzazioni fa: più ne fa, meglio lo mostra.

Per questo conviene dargli il file migliore possibile. Nei nostri test un video caricato in 4K risulta il 30% più nitido rispetto al 1080.

→ *esporta in 4K anche se lo guardi in verticale sul telefono*

Molte guide dicono che Instagram mostra i Reel al massimo in 1080p: per questo il 4K lo indichiamo come risultato dei nostri test, non come regola ufficiale.

Fonti: LinkedIn Help, specifiche dei video nel feed. Adam Mosseri, ottobre 2024 (TechCrunch, Engadget): i video con più visualizzazioni vengono mostrati a qualità più alta, su una scala graduale.

04 · ESPORTAZIONE

Le impostazioni *di esportazione*

Sono le stesse con qualsiasi programma: CapCut, Final Cut, DaVinci o un'AI.

Formato	MP4
Codec	H.264 (High Profile)
Risoluzione	4K · 2160 × 3840 in verticale
Frame rate	30 fps
Bitrate	35–45 Mbps
Audio	AAC · 48 kHz
Scansione	progressiva

Il bitrate di 35–45 Mbps è quello che YouTube indica per il 4K a 24–30 fps. Se il programma chiede «bitrate variabile» (VBR), sceglilo pure.

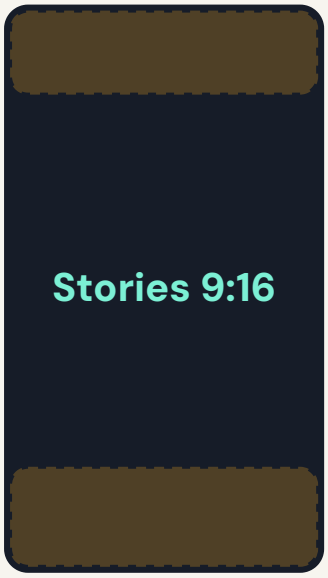
Salva questa pagina: è quella che riapri ogni volta che esporti.

Fonte: YouTube Help, impostazioni di codifica consigliate (MP4, H.264 High Profile, scansione progressiva, VBR, audio a 48 kHz; 4K SDR a 24–30 fps: 35–45 Mbps).

BONUS

Post *e stories*

FORMATO	PROPORZIONE	PIXEL	IL CONSIGLIO
Instagram · post verticale nativo	3:4	1080 × 1440	Si vede intero anche nella griglia
Instagram · post verticale classico	4:5	1080 × 1350	Nella griglia perde circa 34 px per lato
Instagram · post quadrato	1:1	1080 × 1080	Va bene per i caroselli
Instagram · carosello	stessa per tutte le slide	1080 × 1350	Una sola proporzione per tutto il carosello
Instagram · stories	9:16	1080 × 1920	Liberi 250 px sopra e sotto, 65 ai lati
LinkedIn · immagine con link	1,91:1	1200 × 627	Testo grande: da telefono si vede piccola
LinkedIn · immagine nel post	1:1 o 4:5	1080 × 1080 · 1080 × 1350	Il 4:5 occupa più spazio nel feed
YouTube · miniatura	16:9	1280 × 720 (fino a 3840 × 2160)	Libero l'angolo in basso a destra (durata)
Post statici (tutti)	—	margine 80 px	100 px se il layout è molto denso



Nelle stories in alto ci sono nome e barra di avanzamento, in basso il campo per rispondere. Testi e adesivi vanno nella parte centrale.

Le misure cambiano spesso: noi le ricontrolliamo prima di ogni campagna.

Fonti: manuale operativo iTrendy «Safe area social media 2026»; Meta (stories in 9:16); LinkedIn (link 1,91:1, 1200 × 627); YouTube Help (miniature).

Le dimensioni contano.
Eccome.

Se vuoi che a formati, montaggio ed esportazione pensiamo noi, scrivici: è il lavoro che facciamo ogni giorno.

itrendy

Web Agency | Marketing e Software