### **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 04-06-2025

Lorena Solano

# MAÑANA

ALMUERZO

#### **SUPLEMENTO**

Vitamina D3+K2 500 mg con Extracto de Baya de Flow Supplement | Apoyo de la Función Cardiovascular e Inmunológica | 90 Cápsulas Vegetales

#### **RECOMENDACION**

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular e inmunológica.

#### **OBJETIVO**

Favorecer la salud cardiovascular, mejorar la absorción de calcio y fortalecer el sistema inmunológico.

## SUPLEMENTO

Vitamina B12 2000 mcg de NOW Foods | Ayuda a Favorecer el Funcionamiento del Sistema Nervioso Central | 100 Pastillas Veganas

#### **RECOMENDACION**

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo con el almuerzo optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud nerviosa y metabólica.

#### **OBJETIVO**

Apoyar la función del sistema nervioso, mejorar la producción de energía y favorecer la síntesis de ADN.

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

• La información aquí expuesta tiene un carácter meramente informativo y no debe interpretarse como una prescripción médica, ni está destinada a diagnosticar, tratar, curar, prevenir ninguna enfermedad o sustituir medicación alguna. Es responsabilidad del consumidor consultar con un médico o profesional de la salud antes de iniciar el consumo de cualquier suplemento.