# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 09-06-2025

### **Maria Gutierrez**

# CENA

#### **SUPLEMENTO**

Citrato de Magnesio en Polvo 300mg de Designs For Health | Bienestar Intestinal y Relajación

#### **RECOMENDACION**

Disolver 1 porción en agua y consumir en la noche para optimizar su efecto relajante y digestivo.

#### **OBJETIVO**

Favorece la relajación muscular, reduciendo calambres y mejorando la calidad del descanso

## **SUPLEMENTO**

**RECOMENDACION** 

**OBJETIVO** 

# **SUPLEMENTO**

**RECOMENDACION** 

**OBJETIVO** 

#### **SUPLEMENTO**

RECOMENDACION

**OBJETIVO** 

<sup>•</sup> 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.