

AYUNAS	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Glutathión 500 mg con Extracto de Cardo Mariano y Ácido Alfa Lipoico de Now Foods   Apoyo Antioxidante y Detoxificación Celular   30 y 60 Cápsulas Vegetales</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día, preferiblemente con el estómago vacío. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la detoxificación y protección celular.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la detoxificación celular, mejorar la protección antioxidante y fortalecer el sistema inmunológico.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Complejo Adaptogénico a base de Ashwagandha, Rhodiola y Ginseng de Swanson   Manejo del Estrés, Aumento de Energía y Vitalidad   60 Cápsulas Vegetales</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la energía y el manejo del estrés.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la adaptación al estrés, mejorar la resistencia física y mental, y optimizar la energía diaria.</div></div>
ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Omega 3 Molecularmente Destilado 1000 mg de Now Foods   Apoya la Salud Cardiovascular   100 Cápsulas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con el almuerzo. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular y cognitiva.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la salud cardiovascular, mejorar la circulación sanguínea y reducir los niveles de triglicéridos.</div></div>
ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Citrato de Magnesio + Calcio + Potasio Max-Hydrate Endurance de Trace Minerals   Diseñada para Mantenerte Hidratado y con Energía Durante tus Actividades de Resistencia   10 Tabs</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Disolver 1 tableta en 4-6 oz de agua hasta que se disuelva por completo. Consumirlo antes o después del ejercicio optimiza su absorción y potencia sus efectos en la hidratación y resistencia física.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la hidratación, mejorar la resistencia física y prevenir calambres musculares.</div></div>