

Fecha: 17-06-2025

Karla Hernández

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Biotina 10,000mcg + Ácido Hialurónico + Colágeno - 500mg por Cápsula de Natsa   Fortalece Piel, Uñas y Cabello   100 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 salud de la piel y cabello</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la salud de la piel, fortalecer uñas y cabello, y mejorar la hidratación cutánea</div></div>
MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Termogénico metabólico con cromo y canela, BioMetabolix, Biooptimizado, cápsulas, 60 cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con agua. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud inmunológica y antioxidante.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la respuesta inmune, mejorar la vitalidad y ofrecer propiedades antioxidantes.</div></div>
MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Magimag C con Potasio de FSX Lab   Magnesio de Alta Absorción   100 Cápsulas</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 función neuromuscular y cardiovascular.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la función neuromuscular, mejorar el equilibrio electrolítico y apoyar la salud cardiovascular.</div></div>
DESAYUNO/ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Cúrcuma 500mg y Raíz de Jengibre 500mg de Natsa   Alivio de la Inflamación Estomacal y Bienestar Digestivo   100 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con la cena. La ashwagandha tiene efecto calmante y es ideal para reducir el cortisol al final del día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la función neuromuscular, mejorar el equilibrio electrolítico y apoyar la salud cardiovascular.</div></div>

Fecha: 17-06-2025

Karla Hernández

DESAYUNO/ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Complejo de Hongos Adaptógenos 500mg de 5H8 Nutrition   Resistencia al Estrés, Energía y Enfoque Mental   90 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con alimentos. Consumirlo en la mañana y mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la energía y enfoque mental.</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la función neuromuscular, mejorar el equilibrio electrolítico y apoyar la salud cardiovascular.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 500mg   VitaMX   Apoyo para el Manejo del Estrés y Bienestar General   100 N Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula una hora antes de dormir, dependiendo de la necesidad. Consumirlo en la noche optimiza su absorción y potencia sus efectos en la reducción del estrés y bienestar general.</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la reducción del estrés, mejorar la calidad del sueño y apoyar el bienestar emocional.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>