GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 20-06-2025

Rocio Torres

DESAYUNO

ANANAM

MANANA

SUPLEMENTO

Coenzima Q10 + BioPerina | 120 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos ricos en grasas saludables. Consumirlo con alimentos grasos mejora su absorción y potencia sus efectos antioxidantes y energéticos.

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la energía celular y potenciar la absorción de nutrientes

SUPLEMENTO

Berberina 400 mg de Swanson | 60 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo con el desayuno optimiza su absorción y potencia sus efectos en el metabolismo y la salud cardiovascular.

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, regular la glucosa en sangre y favorecer el metabolismo

SUPLEMENTO

Aceite de Ajo Concentrado 1 mg de Swanson | 250 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, fortalecer el sistema inmunológico y ofrecer protección antioxidante

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.