GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 04-06-2025

Larissa Vega

DESAYUNO

DESAYUNO

SUPLEMENTO

NAC (N Acetil Cisteína) + L-Glicina 970 mg Glynac de Bioptimizado | 90 cápsulas vegetales

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferiblemente con la comida, Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud hepática y el bienestar general.

OBJETIVO

Apoyar la desintoxicación del hígado, fortalecer el sistema inmunitario y mejorar la recuperación física.

SUPLEMENTO

Vitamina C Liposomal 1,450 mg, Humble, 60 cápsulas vegetales

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con el desayuno. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud inmunológica y el bienestar general.

OBJETIVO

Apoyar la salud inmunológica, mejorar la absorción de vitamina C y favorecer la producción de colágeno.

SUPLEMENTO

Calostro de Bovino & L-Glutamina 870 mg BiolgG de Bioptimizado | 100 cápsulas vegetales

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día con el almuerzo. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la inmunidad y la regeneración celular.

OBJETIVO

Fortalecer el sistema inmunitario, promover la reparación celular y mejorar la salud intestinal.

AL ENTRENAR

SUPLEMENTO

Creatina Monohidratada + Cloruro Calcio + Malato de Magnesio 8.8g Ketolitos de Bioptimizado | Polvo de 244g Sabor a Limón

RECOMENDACION

Mezclar 1 medida en 500 ml de agua fría y consumir durante el ejercicio o en caso de deshidratación.

OBJETIVO

Optimizar la hidratación, mejorar el rendimiento físico y favorecer la recuperación muscular.

• 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.