GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ALMUERZO

Fecha: 08-06-2025

RUBEN TAPIA CORTES

SUPLEMENTO

Vegan Omega 3+| IVB Wellness Lab

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con el desayuno. El omega 3 se absorbe mejor con alimentos que contienen grasa, idealmente por la mañana.

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, cerebral y visual.

SUPLEMENTO

Vitamina D3 + K2 | IVB Wellness Lab

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día junto con alimentos ricos en grasa. Ambas vitaminas son liposolubles y se absorben mejor con grasa en una comida principal.

OBJETIVO

Favorecer la salud ósea, inmunológica y la absorción de calcio.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.