GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



recha:

Fecha: 02-06-2025

Ibeth López

SUPLEMENTO

Total Beauty de Matter | Proteína con probióticos y ácido hialurónico | 700 g

RECOMENDACION

Mezclar 1 medida (aprox. 20 g) en 250-350 ml de agua o bebida vegetal. Consumir una vez al día, preferentemente por la mañana

OBJETIVO

Apoyar la regeneración celular, mejorar la apariencia de la piel y favorecer la digestión.

SUPLEMENTO

Mens Mult Matur3 | B-Life | Multivitamínico para Hombres | Energía y Vitalidad | 180 cápsulas

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Apoyar la salud hormonal masculina, mejorar la energía y vitalidad, fortalecer el sistema cardiovascular y óseo.

SUPLEMENTO

Vitamina D-3 Líquida de NOW Foods | Apoyo para la función Ósea y Sistema Inmune | 59ml

RECOMENDACION

Tomar 4 gotas al día, directamente o mezcladas con una bebida. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud ósea y el bienestar general.

OBJETIVO

Favorecer la absorción de calcio, fortalecer los huesos y mejorar la función inmunológica.

SUPLEMENTO

Omega-3 Molecularmente Destilado 1000 mg, NOW Foods, 100, 200 Cápsulas Blandas y 200 Cápsulas Blandas de Pescado

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferiblemente con el almuerzo. Consumirlo con el almuerzo optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular y cognitiva.

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la función cerebral y reducir la inflamación.

• 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.

MAÑANA