GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 04-06-2025

Ricardo cruz

DESAYUNO

DESAYUNO

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio 400 mg| Apoyo a la Energía y Relajación Muscular

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud muscular y energética.

OBJETIVO

Apoyar la función muscular, mejorar la relajación y favorecer la producción de energía.

SUPLEMENTO

Cúrcuma con Jengibre de Nature's Way | Antiinflamatorio y Apoyo Digestivo

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud articular y digestiva.

OBJETIVO

Apoyar la salud articular, mejorar la digestión y fortalecer el sistema inmunológico.

SUPLEMENTO

Omega 3 Platinum de B-Life | Aceite de Anchoa Salvaje con EPA y DHA

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular y cognitiva.

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la función cognitiva y favorecer la hidratación celular.

SUPLEMENTO

Berberina 500 mg de Swanson | Regulación del Azúcar en Sangre y Apoyo Cardiovascular

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula blanda al día con alimentos. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud metabólica y cardiovascular.

OBJETIVO

Apoyar la regulación del azúcar en sangre, mejorar la salud cardiovascular y favorecer la función metabólica.

[•] 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.

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ALMUERZO

Fecha: 04-06-2025

Ricardo cruz

SUPLEMENTO

Aceite de Coco + Vitaminas D3 y K2 | BLife | Apoyo Cardiovascular | 300 cápsulas

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la absorción de calcio y fortalecer el sistema inmunológico.

SUPLEMENTO

Aceite de Orégano de Best Naturals | **Propiedades** Antimicrobianas, Antioxidantes y Digestivas | 250 mg 120 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud digestiva e inmunológica.

OBJETIVO

Apoyar la salud digestiva, fortalecer el sistema inmunológico y favorecer la función respiratoria.

SUPLEMENTO

Citrato de Potasio de B Life | Fortalecimiento Muscular | 240 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula con el almuerzo. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud prostática y urinaria.

OBJETIVO

Apoyar la función prostática, mejorar la salud urinaria y favorecer el bienestar masculino.

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.