

Fecha: 03-06-2025

Daniel Mendez

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>NAD+, Quercetina y Resveratrol 375mg de 5H8 Regenerador celular - Promueve la Longevidad y la Resistencia Física 90 cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con el desayuno. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la regeneración celular y la vitalidad.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la regeneración celular, mejorar la longevidad y favorecer la resistencia física.</div></div>
ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Metilo B-12 5000 mcg con Folato y Soporte al Sistema Nervioso, NOW Foods, 120 pastillas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la función neurológica y el bienestar general.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la función del sistema nervioso, mejorar la producción de energía y favorecer la síntesis de ADN.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 500 mg, VitaMX, 100 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula en la noche. Consumirlo en la noche optimiza su absorción y potencia sus efectos en la reducción del estrés y el bienestar emocional.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el manejo del estrés, mejorar la calidad del sueño y favorecer el bienestar emocional.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>