GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



recna:

Fecha: 04-06-2025

Catalina Mouthon

DESAYUNO

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Probióticos +
Prebióticos 20
Millones de UFC 430
mg WOMAN de
Bioflora | Bienestar
Digestivo Femenina |
35 Cápsulas Ácido Resistentes

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferiblemente con la comida, Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud digestiva y femenina.

OBJETIVO

Restaurar la flora intestinal, prevenir infecciones urinarias y vaginales, y fortalecer el sistema inmunológico.

SUPLEMENTO

Multivitamínico con Colina, Ácido fólico, DHA + vitaminas y minerales de Life Extension | Nutrientes para la mamá y los lactantes en desarrollo | 120 cápsulas blandas

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

Apoyar el desarrollo saludable del feto, fortalecer el sistema inmunológico materno y mejorar la salud ósea.

SUPLEMENTO

Prenatal DHA Omega 3 + VitD |
Suplemento |
Desarrollo
Neurológico

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con el almuerzo. Consumirlo a mediodía optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud materna y fetal.

OBJETIVO

Apoyar el desarrollo neurológico del bebé, fortalecer la salud materna y mejorar la absorción de calcio.

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Vitamina D3 125 mcg 5000 UI, Life Extension, 60 cápsulas blandas

RECOMENDACION

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

OBJETIVO

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

• 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.