GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 03-06-2025

Luz Campos

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Omega 3 1000 mg | Nutravia | Mejora la Circulación y la Memoria | 100 Cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula con agua y una comida rica en grasas saludables, como aguacate o frutos secos, para mejorar la absorción

OBJETIVO

Favorece la salud cardiovascular, ayudando a mejorar la circulación sanguínea.

SUPLEMENTO

Ashwagandha
500mg | VitaMX |
Apoyo para el
Manejo del Estrés y
Bienestar General

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula con agua y una comida. Se recomienda consumirlo con alimentos para mejorar la absorción y reducir posibles molestias gástricas.

OBJETIVO

Regula los niveles de cortisol, reduciendo el estrés y mejorando el bienestar general.

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.