# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 02-06-2025

# **Armando Gutierrez**

# NOCHE

#### **SUPLEMENTO**

Ashwagandha 500 mg, VitaMX, 100 Cápsulas

#### RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula a la noche. Consumirlo a la noche optimiza su absorción y potencia sus efectos en la reducción del estrés y el bienestar general.

## **OBJETIVO**

Apoyar el manejo del estrés, mejorar la calidad del sueño y favorecer el bienestar emocional.

# **SUPLEMENTO**

# **RECOMENDACION**

# **OBJETIVO**

## **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.