

Fecha: 02-06-2025

Graciela Montoya

AYUNAS	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vinagre de Sidra de Manzana 450 mg, NOW Foods, 180 Cápsulas Veganas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día, preferiblemente antes de la primera comida. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la digestión y el metabolismo.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la digestión, favorecer el metabolismo y contribuir al control de peso.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Folato Optimizado 1700 mcg DFE, Life Extension, 100 cápsulas vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular y el bienestar general.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la función cognitiva y favorecer el bienestar durante el embarazo.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Coenzima Q10 200 mg, Swanson, 90 cápsulas vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con una comida. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud cardiovascular y el bienestar general.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la salud cardiovascular, mejorar la producción de energía celular y fortalecer la función antioxidante.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div></div>