# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: '02-06-2025

## carolina ortiz de elguea

MAÑANA

#### **SUPLEMENTO**

Vitamina B1 100 mg, NOW Foods, 100 tabletas veganas

#### RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula con el desayuno. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la producción de energía y el bienestar neurológico.

#### **OBJETIVO**

Apoyar la producción de energía, fortalecer el sistema nervioso y mejorar la función metabólica.

### **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.