# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ALMUERZO

Fecha: 13-06-2025

# **FERNANDO VALENCIA**

# **SUPLEMENTO**

Resveratrol con açaí y vitamina C, B Life, cápsulas, 180 cápsulas

# **RECOMENDACION**

Tomar 2 cápsulas al día con el desayuno. El resveratrol y la vitamina C actúan como antioxidantes y se aprovechan mejor durante el día para proteger del estrés oxidativo diario.

#### **OBJETIVO**

Apoyar la protección celular, longevidad y función antioxidante.

# **SUPLEMENTO**

Coenzima Q10 con cúrcuma y vitamina C, B Life, cápsulas, 180 cápsulas

### RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día junto con alimentos. La CoQ10 y la cúrcuma son liposolubles, por lo que deben tomarse con comidas principales para una mejor absorción.

# **OBJETIVO**

Apoyar la energía celular, salud cardiovascular y función antioxidante.

# **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.