# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 13-06-2025

## Luis Alejandro Muñiz Cruz

## SU

DESAYUNO

#### **SUPLEMENTO**

Complejo
Adaptogénico |
Ashwagandha,
Rhodiola y Ginseng |
Swanson | Manejo
del Estrés y
Vitalidad

#### **RECOMENDACION**

Tomar 1 cápsula con agua junto a una comida para mejorar la absorción y evitar molestias gástricas

#### **OBJETIVO**

Regula la respuesta al estrés, promoviendo el equilibrio de cortisol y el bienestar emocional

### **SUPLEMENTO**

#### **RECOMENDACION**

#### **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

#### **OBJETIVO**

<sup>•</sup> 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.