## **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 10-06-2025

Mayra Lujan Suarez

# MAÑANA

#### **SUPLEMENTO**

Mushroom Complex 500 mg de Natural Wisdom | Apoyo Inmunológico y Resistencia al Estrés | 180 Cápsulas Vegetales

#### **RECOMENDACION**

Tomar 2 cápsulas al día antes de consumir alimentos. Consumirlo en la mañana optimiza su absorción y potencia sus efectos en la función inmunológica y la resistencia al estrés.

#### **OBJETIVO**

Favorecer la resistencia al estrés, fortalecer el sistema inmunológico y mejorar la energía y vitalidad diaria

#### **SUPLEMENTO**

Disolver 1 cucharada (30 g) en un vaso de agua y consumir una vez al día.

### **RECOMENDACION**

Disolver 1 cucharada (30 g) en un vaso de agua y consumir a la noche. Consumirlo en la noche optimiza su absorción y potencia sus efectos en la salud ósea y muscular.

#### **OBJETIVO**

Favorecer la salud ósea, mejorar la función muscular y promover la relajación.

#### **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.