

Fecha: 02-06-2025

Ulises Hinostroza

AYUNAS	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Raíz de Rhodiola Rosea 400 mg, Swanson, 100 cápsulas vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con agua. Consumirlo en ayunas optimiza su absorción y potencia sus efectos en la adaptación al estrés y el bienestar general.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Aumentar la energía y resistencia, mejorar el rendimiento físico y mental y reducir el estrés.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Extracto de Ashwagandha Optimizada 125 mg, Life Extension, 60 cápsulas vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula en la noche. Consumirla a la noche optimiza su absorción y potencia sus efectos en la reducción del estrés y el bienestar emocional.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la calidad del sueño y favorecer el bienestar emocional.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>