GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 24-09-2025

FIDEL SERRANO RAMIREZ

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

Methyl B-12 |
Vitamina B12
Metilada | NOW
Foods | 1000 mcg |
100 Tabletas

1 tableta al día en ayunas o junto con batido funcional

OBJETIVO

Apoyar el sistema nervioso, mejorar la producción de energía mitocondrial y favorecer la síntesis de neurotransmisores mediante vitamina B12 en forma metilada.

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.