# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



**Fecha:** 13-07-2025

Alma Guevara

# **JESAYUNO**

### **SUPLEMENTO**

Coenzima Q10, Cúrcuma, Vitamina C y Pimienta Negra Co Q-10 Blend de B-Life | 180 Cápsulas

### RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día junto con alimentos. La CoQ10 se absorbe mejor con grasas y durante el día mejora el rendimiento energético.

### **OBJETIVO**

Favorecer la producción de energía celular y la función cardiovascular.

### **SUPLEMENTO**

Citrato de Magnesio | B-Life | Fortalecimiento Óseo 240 cápsulas

### RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día junto con alimentos. Por la noche favorece la relajación y calidad del sueño gracias a su acción neuromuscular.

### **OBJETIVO**

Apoyar el funcionamiento muscular y nervioso.

### **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.