GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 08-09-2025

Sergio Herrera

AYUNAS

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Taurina 1000 mg | Life Extension | 90 Cápsulas Vegetarianas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día en ayunas. Ideal en protocolos de longevidad cardiovascular, salud ocular, rendimiento físico y protección antioxidante

OBJETIVO

Apoyar la función del sistema cardiovascular, mantener el equilibrio de electrolitos intracelulares y promover la salud neuromuscular mediante una dosis terapéutica de taurina pura.

SUPLEMENTO

Ginkgo Biloba 500 mg | Adaptoheal | 150 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

2 cápsulas al día. con alimentos ligeros o infusión antioxidante. Ideal en protocolos de longevidad cognitiva, enfoque mental, prevención de deterioro neurovascular

OBJETIVO

Mejorar la función cerebral, favorecer la circulación sanguínea hacia el cerebro y proteger contra el estrés oxidativo mediante un extracto estandarizado de Ginkgo biloba con vitamina C.

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.