

Fecha: 23-09-2025

Mary Calderón

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina C Liposomal 24 Horas Life Extension 60 Tabletas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 tableta al día junto con alimentos ricos en grasa saludable o batido funcional</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el sistema inmunológico, proteger contra el estrés oxidativo y mejorar la absorción de vitamina C mediante tecnología liposomal y liberación prolongada.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Women’s ZEN B-Life 150 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas al día junto con alimentos grasos saludables o batido funcional</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el equilibrio hormonal, reducir síntomas menstruales y perimenopáusicos, y promover bienestar emocional mediante adaptógenos, fitoestrógenos y reguladores endocrinos naturales.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Shatavari 500 mg Tibet Natura 60 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas al día junto con bebida vegetal neutra o batido funcional</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el equilibrio hormonal femenino, mejorar la respuesta al estrés y promover la salud reproductiva mediante Shatavari estandarizado.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>5-HTP 100 mg Now Foods 60 y 120 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día 30-60 minutos antes de dormir, junto con bebida vegetal neutra</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la síntesis de serotonina y melatonina, mejorar la calidad del sueño y modular el estado de ánimo mediante 5-HTP puro y biodisponible.</div></div>