

Fecha: 28-02-2026

Ilse Fernanda Huerta Rodiles

AYUNAS	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Rhodiola Rosea (Extracto Orgánico)   Landa   Polvo 100 g</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1/4 de cucharadita (aprox. 500 mg) al día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Resiliencia Cognitiva y Energía Celular.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Peace In Five   Tibet Natura   1000 mg   100 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas (que suman la porción de 1000 mg) al día. entre 45 y 60 minutos antes de acostarse.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Desaceleración del Sistema Nervioso Central.</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>