# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 09-09-2025

# Haruko Kume

# **DESAYUNO**

# **SUPLEMENTO**

Vitamina C-1000 con Bioflavonoides 100mg de Now Foods

# **RECOMENDACION**

Tomar 1 cápsula vegetal al día junto con el desayuno, ideal para iniciar el día con defensa celular activa.

#### **OBJETIVO**

Fortalecer el sistema inmune, proteger contra el estrés oxidativo y apoyar la síntesis de colágeno.

# **SUPLEMENTO**

# **RECOMENDACION**

# **OBJETIVO**

# **SUPLEMENTO**

#### **RECOMENDACION**

#### **OBJETIVO**

#### **SUPLEMENTO**

#### RECOMENDACION

# **OBJETIVO**

<sup>•</sup> 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.