

Fecha: 21-11-2025

Gabriela Dorneles

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Metilcobalamina   Vitamina B12   Life Extension   1mg   60 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la formación de glóbulos rojos, la energía celular y la resiliencia cardiovascular mediante metilcobalamina, la forma activa de la vitamina B12.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina D3   Life Extension   125 mcg (5000 UI)   60 Cápsulas Blandas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la absorción de calcio y fósforo, la fortaleza de huesos y dientes, y la resiliencia inmunológica mediante vitamina D3 en dosis alta.</div></div>
MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina D3   NOW Foods   10.000 UI   30 y 120 Cápsulas Blandas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la absorción de calcio y fósforo, fortalecer huesos y dientes, y potenciar la defensa inmunológica mediante vitamina D3 en dosis alta.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Súper Enzimas Digestivas + Probióticos   Life Extension   140 mg + 10 mg   60 Cápsulas Vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos principales</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la digestión de proteínas, grasas y carbohidratos, y promover el equilibrio intestinal mediante enzimas digestivas y probióticos.</div></div>

Fecha: 21-11-2025

Gabriela Dorneles

ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div><div>Omega-3</div><div>Molecularmente Destilado   NOW Foods   1000 mg   100 Cápsulas Blandas</div></div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción</div></div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div><div>Favorecer la salud cardiovascular, la regulación inflamatoria y el bienestar metabólico mediante omega-3 de alta pureza.</div></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>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>