GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 16-09-2025

Atenea Lira

MAÑANA

MAÑANA Y TARDE

SUPLEMENTO

Rhodiola Rosea | Adaptoheal | 500 mg | 150 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

2 cápsulas al día con agua o bebida vegetal neutra

OBJETIVO

Mejorar la respuesta del cuerpo al estrés físico y mental, aumentar la energía sostenida y favorecer el enfoque cognitivo mediante extracto estandarizado de Rhodiola rosea.

SUPLEMENTO

Tribulus Terrestris TITER | Adaptoheal | 500 mg | 150 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

4 cápsulas al día, divididas en 2 tomas con alimentos. junto con alimentos ricos en grasa saludable

OBJETIVO

Estimular la producción natural de testosterona, mejorar el deseo sexual y apoyar la vitalidad física mediante extracto puro de Tribulus terrestris con saponinas activas.

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.