## **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



**Fecha:** 04-07-2025

### **Cynthia Villegas Canto**

# MAÑANA

#### **SUPLEMENTO**

Rhodiola 500 mg | NOW Foods | 60 Cápsulas

#### **RECOMENDACION**

Tomar 1 cápsula en la mañana con alimentos. La Rhodiola rosea es una raíz adaptógena utilizada tradicionalmente en regiones árticas y alpinas para mejorar la resistencia física y emocional.

#### **OBJETIVO**

Apoyar la adaptación al estrés, mejorar la energía física y mental, y promover el equilibrio emocional

#### **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.