GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



ANANAM

AANANA

Fecha: 15-09-2025

Claudia Patricia Arguelles Muñoz

SUPLEMENTO

Colágeno Hidrolizado + Omegas + Granada + Vitaminas | Flow Supplements | 330 g

RECOMENDACION

11 g al día. Mañana, disuelto en agua, bebida vegetal o licuado funcional

OBJETIVO

Fortalecer cabello, piel y uñas, mejorar la elasticidad dérmica y apoyar articulaciones mediante una fórmula sinérgica con antioxidantes y lípidos esenciales.

SUPLEMENTO

Vitamina D3 125 mcg (5000 UI) | Life Extension | 60 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION1 cápsula al día. Mañana, junto con alimentos ricos en grasa saludable (aguacate, nueces, aceite de oliva)

OBJETIVO

Mejorar la absorción de calcio, fortalecer huesos y dientes, y apoyar la función inmunológica mediante una dosis funcional de vitamina D3 en base lipídica.

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.