GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ALMUERZO

Fecha: 23-08-2025

Daniela Zamudio Alejandre

SUPLEMENTO

Té Verde 500 mg, Tiba Salud, 60 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, de preferencia por la mañana. Su consumo temprano potencia el metabolismo y evita posibles alteraciones del sueño.

OBJETIVO

Energía natural, apoyo al metabolismo y antioxidante.

SUPLEMENTO

Alcachofa 500 mg, Tiba Salud, 60 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, acompañada de la comida principal. Consumirla con alimentos asegura mejor absorción y efecto.

OBJETIVO

Apoyo digestivo y detoxificación hepática.

SUPLEMENTO

Pultsu, Tiba Salud, mezcla de ajo sin olor, alcachofa, vitaminas B3 y B12, potasio, 30 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, junto con la cena. Tomarlo en la noche potencia la regeneración hepática y el equilibrio mineral nocturno.

OBJETIVO

Apoyo cardiovascular, salud hepática y balance nutricional.

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.