GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 20-08-2025

Lourdes Montes

DESAYUNO

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Myo & D-Chiro Inositol 1.6g + Ácido Alfa Lipoico 100mg Sensitol™ de Designs for Health

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día, preferentemente con el desayuno. El consumo por la mañana favorece la regulación de la energía y el metabolismo a lo largo del día.

OBJETIVO

Apoyo a la sensibilidad a la insulina, equilibrio hormonal y metabolismo saludable de la glucosa.

SUPLEMENTO

Omega 3 1280mg de Nordic Naturals Apoyo de la función Cerebral, Ocular y Cardiovascular

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con alimentos. Consumir con alimentos principales mejora la absorción de ácidos grasos.

OBJETIVO

Salud cardiovascular, apoyo cognitivo, sistema inmunológico y equilibrio inflamatorio.

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.