GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



recna:

DESAYUNO

ANTES DE DORMIR

Fecha: 31-07-2025

Leticia Solano Trujillo

SUPLEMENTO

Vitaminas Complejo B, C,D,A -Multivitamínico Matutino de Mary Ruth's | Apoya la energía, el sistema inmunológico y el bienestar general

RECOMENDACION

Tomar 1 oz (30 ml) por la mañana, solo o con bebida. Las vitaminas B, C y D3 se absorben mejor durante el día para apoyar el metabolismo, defensas y vitalidad.

OBJETIVO

Energía, inmunidad y belleza integral.

SUPLEMENTO

Multimineral
Nocturno para Niños
de Mary Ruth's |
Bienestar Integral del
Niño - Apoya la
función ósea,
muscular y el
bienestar general
durante el descanso

RECOMENDACION

Tomar 2 tbsp (30 ml) antes de dormir, solo o con agua. El magnesio, zinc y boro contribuyen a la relajación neuromuscular y al fortalecimiento óseo durante el sueño.

OBJETIVO

Relajación, descanso y salud ósea.

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.