GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 14-10-2025

Laura Lemus

MAÑANA

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Vitamina D3 + K2 | IVB Wellness Lab | 60 Cápsulas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día junto con bebida tibia o alimentos grasos

OBJETIVO

Favorecer la absorción y distribución adecuada del calcio, fortalecer huesos y proteger arterias mediante vitamina D3 y K2 en sinergia.

SUPLEMENTO

Magnesio Total | IVB Wellness Lab | 60 Cápsulas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día junto con alimentos grasos o tibios

OBJETIVO

Favorecer la relajación neuromuscular, mejorar el sueño y apoyar la producción de energía celular mediante magnesio bisglicinato y malato.

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.