

Fecha: 28-07-2025

Omar Enrique Ceja Barcenas

ANTES DE DORMIR	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 450mg de Swanson Combate el estrés y la ansiedad, promoviendo el bienestar general</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con agua. Su efecto adaptógeno promueve la relajación nocturna y la calidad del sueño</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la gestión del estrés y la respuesta al cortisol</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>