

Fecha: 17-11-2025

Luz Casillas

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Complejo B con Metil Folato (Quatrefolic®) + Vitamina B12   Besties Matter   60 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la energía celular, la metilación y el bienestar neurológico mediante vitaminas del complejo B en formas bioactivas.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina D-3 1,000 IU   NOW Foods   180 Cápsulas Blandas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la absorción de calcio y fósforo, fortalecer huesos y dientes, y apoyar la función inmunológica mediante vitamina D-3 de alta potencia.</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>