

Fecha: 09-09-2025

Carmen Ayala

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Selenio 200 mcg de NOW Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula vegetal al día junto con el desayuno. Tomarlo por la mañana favorece su acción antioxidante durante el día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la función inmunológica y la protección antioxidante</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>L-Tirosina 750 mg Aminoácido de Now Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula vegetal al día junto con el desayuno. Tomarla por la mañana potencia el enfoque mental y la respuesta al estrés.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la función cognitiva, el estado de alerta y la salud glandular.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Optimizada de Briah 500 mg por porción Bienestar Emocional</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día junto con la cena.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el estrés y promover el equilibrio emocional.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>