GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 17-09-2025

Ruby Cárdenas

CENA

SUPLEMENTO

Ashwagandha
1500mg por porción
de Flow Supplement |
Ayuda a reducir la
ansiedad y el estrés,
promoviendo la
relajación

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día junto con la cena. deal para protocolos nocturnos de regulación emocional y recuperación celular.

OBJETIVO

Reducir el estrés, mejorar la calidad del sueño y potenciar la absorción antioxidante

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.