GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 02-07-2025

Mar Cohen

DESAYUNO

ANTES DE DORMIR

SUPLEMENTO

Vitamina D-3 5000 UI Alta Potencia, Soporte Inmunológico, Fortalece Dientes y Huesos, Mejora la Salud Muscular.

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimento graso. La vitamina D es liposoluble, se absorbe mejor con grasas y ayuda a comenzar el día con niveles óptimos.

OBJETIVO

Apoyo a huesos y sistema inmune

SUPLEMENTO

NAC (N-Acetil-L-Cisteína) 600mg de Life Extension | Apoya la desintoxicación del hígado

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día lejos de comidas. Por la noche mejora su biodisponibilidad y efecto antioxidante

OBJETIVO

Aumentar niveles de glutatión celular

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.