

Fecha: 30-07-2025

Iris Salas Aponte

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina D-3 &amp; K-2   NOW Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día junto con alimentos. Compatible con protocolos de salud ósea, inmunidad, menopausia y prevención cardiovascular</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Optimizar la absorción y distribución del calcio, fortaleciendo huesos y dientes, mientras se previene su acumulación en arterias. Ideal para adultos con deficiencia de vitamina D.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Citrato de Magnesio 400 mg   NOW Foods</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 3 cápsulas al día, preferentemente divididas con alimentos. Compatible con protocolos de estrés, sueño, digestión y recuperación muscular</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la función neuromuscular, la producción de energía y el equilibrio del sistema nervioso en adultos con estrés elevado, fatiga, calambres o deficiencia de magnesio.</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>