# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 24-10-2025

Fátima Guerrero

# MAÑANA

MANAMA

#### **SUPLEMENTO**

Niacinamida 500 mg | Vitamina B3 No Flush | NOW Foods | 100 Cápsulas Vegetales

#### **RECOMENDACION**

1 cápsula al día junto con alimentos

# **OBJETIVO**

Apoyar la función neurológica, mejorar el metabolismo energético y promover la salud celular sin los efectos vasodilatadores de la niacina tradicional.

# **SUPLEMENTO**

Homocisteína Suprema™ | Designs for Health | 60 Cápsulas Vegetales

# **RECOMENDACION**

2 cápsulas al día con alimentos

#### **OBJETIVO**

Reducir los niveles de homocisteína, mejorar la metilación celular y apoyar la salud vascular y neurológica mediante vitaminas B activas y donadores de grupos metilo.

# **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.