GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 07-09-2025

Magda Aranda

DESAYUNO

JESAYUNO

SUPLEMENTO

NAC (N-Acetil Cisteína) 600 mg de Swanson

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula vegetal al día junto con el desayuno. favorece la acción antioxidante durante el día y mejora la disponibilidad de glutatión en momentos de mayor demanda metabólica.

OBJETIVO

Aumentar los niveles de glutatión y proteger las células del daño oxidativo.

SUPLEMENTO

Centella Asiática de Espectro Completo 435 mg de Swanson

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula vegetal al día junto con el desayuno. Se recomienda por la mañana para potenciar la vitalidad durante el día..

OBJETIVO

Favorecer la circulación sanguínea y mejorar la energía física y mental

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.