

Fecha: 13-08-2025

Gemma Fuentes

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Bio-DK Vitamina D3 + K2 Biooptimizado 30 ml Gotero Líquido</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 gota al día (0.04 ml). Fórmula líquida ideal para quienes prefieren evitar cápsulas o buscan absorción rápida</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Fortalecer huesos y dientes, apoyar la salud cardiovascular y mejorar la función inmunológica mediante una fórmula líquida de alta absorción.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>BioBest Rhodiola + Colina + Vitaminas B Biooptimizado 786 mg 60 cápsulas vegetales</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula en desayuno. Fórmula sinérgica para quienes enfrentan alta demanda mental, estrés crónico o fatiga persistente</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Potenciar la energía física y mental, reducir el estrés, apoyar la función cardiovascular e inmunitaria mediante una fórmula adaptogénica y neuroactiva.</div></div>
ANTES DEL ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>BioMetabolix Berberina + Melón Amargo + Canela + Cromo Biooptimizado 930 mg 60 cápsulas vegetales</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula antes de la comida principal. Fórmula ideal para personas con resistencia a la insulina, síndrome metabólico o prediabetes</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la función metabólica, mejorar la sensibilidad a la insulina y contribuir al control glucémico mediante una fórmula sinérgica de ingredientes naturales.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>BioMag Glicinato de Magnesio Quelado Biooptimizado 662 mg 100 cápsulas vegetales</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas en la noche. Ideal para protocolos de descanso, recuperación post-entrenamiento, estrés crónico o apoyo neurológico</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Promover la relajación, mejorar la calidad del sueño, apoyar la función muscular y ósea, y contribuir al equilibrio electrolítico.</div></div>