GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 30-09-2025

Erika Macin

AYUNAS

ALMUERZO

LACTEOS

ANTES DE

SUPLEMENTO

Probivos Fem | Matter | 50 Billones de UFC + Glutamina | 30 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día en ayunas

OBJETIVO

Restablecer los lactobacilos vaginales, mejorar la digestión y aliviar la inflamación ginecológica mediante probióticos clínicos y glutamina funcional.

SUPLEMENTO

MegAntiox | Matter | 60 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día junto con alimentos funcionales ricos en grasas saludables o antioxidantes

OBJETIVO

Apoyar la producción de glutatión, proteger contra el daño oxidativo y mejorar la resiliencia celular mediante una fórmula sinérgica de antioxidantes clínicos.

SUPLEMENTO

Lacto™ | Enzymedica | 30 Cápsulas Veganas y Kosher

RECOMENDACION

1 cápsula antes de consumir lácteos o alimentos ricos en grasas (queso, leche, yogurt, mantequilla)

OBJETIVO

Favorecer la digestión completa de productos lácteos, reducir molestias gastrointestinales y mejorar la tolerancia alimentaria mediante enzimas Thera-blend™ de amplio espectro.

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.