

Fecha: 18-12-2025

Nidia Garcia Gonzalez

ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Omega Glutathione+ Reset Omega-3 (EPA & DHA) + Glutati3n Reducido + Curcuminoides + Extracto de Pimienta Negra Apoyo Antioxidante 90 C3psulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 c3psula al d3a, preferentemente con alimentos</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la protecci3n antioxidante, el bienestar celular y el equilibrio inflamatorio mediante una mezcla sin3rgica de EPA/DHA, glutati3n reducido, curcuminoides y extracto de pimienta negra.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Creatina Monohidratada AMZ Pure Creatine 100 o 200 Porciones</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 scoop diario (≈3–5g seg3n indicaci3n del fabricante)</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la energ3a muscular, la fuerza y el rendimiento f3sico mediante creatina monohidratada micronizada de alta pureza.</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>