GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 30-07-2025

Vicente Martinez Bello

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio, Citrate Mag, B Life, cápsulas, 240 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas una vez al día con los alimentos. El magnesio favorece el equilibrio energético y nervioso si se toma en la mañana.

OBJETIVO

Apoyo al sistema nervioso y muscular.

ANTES DE DORMIR

SUPLEMENTO

Inositol con Colágeno y Biotina, Myo Inositol, B Life, cápsulas, 180 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula diaria preferentemente con alimentos. El inositol favorece el equilibrio hormonal y el descanso nocturno.

OBJETIVO

Regulación hormonal y salud del cabello y piel.

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.