# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 09-08-2025

leidy santos

# ANTES DE DORMIR

## **SUPLEMENTO**

Citrato de Magnesio Quelado Magno-Cit Matter 820 mg

### RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día, Tomarlo por la noche ayuda a relajar el cuerpo y mejora la calidad del sueño.

### **OBJETIVO**

Favorecer la relajación muscular y el descanso.

# **SUPLEMENTO**

**RECOMENDACION** 

**OBJETIVO** 

# **SUPLEMENTO**

**RECOMENDACION** 

**OBJETIVO** 

### **SUPLEMENTO**

**RECOMENDACION** 

**OBJETIVO** 

<sup>•</sup> 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.