

Fecha: 08-01-2026

Martin Luis Guzman Elias

| | | |
|--------|---|---|
| MAÑANA | <div><div>SUPLEMENTO</div><div>Colágeno Hidrolizado Puro Tipo 1 & 3 Natsa</div></div> | <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 medida (≈10 g) mezclada en agua, jugo o batido, una vez al día</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer el fortalecimiento de piel, cabello y uñas mediante colágeno hidrolizado puro tipo 1 & 3.</div></div> |
| | <div><div>SUPLEMENTO</div><div>Citrato de Magnesio 3 g por porción Natsa</div></div> | <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 medida (≈3 g) mezclada en agua o bebida preferida, una vez al día</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer el fortalecimiento muscular y óseo mediante citrato de magnesio de alta biodisponibilidad.</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> |