# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 28-08-2025

**ANANAM** 

MANANA Y NOCHE

Martín Félix

#### **SUPLEMENTO**

NAD+ con Resveratrol | Briah | 30 Cápsulas Vegetales

#### RECOMENDACION

1 cápsula al día, por la mañana Con desayuno, preferentemente junto a grasas saludables (aguacate, aceite de oliva)

#### **OBJETIVO**

Activar la energía celular, proteger contra el daño oxidativo y apoyar la regeneración mitocondrial mediante una fórmula sinérgica con NAD+, resveratrol, vitamina C y CoQ10.

# **SUPLEMENTO**

Magnesio Neuro | Briah | L-Treonato de Magnesio | 60 Cápsulas Blandas

#### RECOMENDACION

2 cápsulas al día (una en la mañana, una en la noche). Ideal en protocolos de longevidad, neuroprotección, sueño reparador y recuperación post-estrés

#### **OBJETIVO**

Mejorar la memoria, la concentración y la calidad del sueño mediante una forma avanzada de magnesio capaz de atravesar la barrera hematoencefálica.

#### **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.