# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 26-08-2025

# Alfredo Salas

# **DESAYUNO**

# **SUPLEMENTO**

Extracto de
Ashwaganda 450mg
de Now | Reduce
Cortisol, Balance
Hormonal

#### RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, Preferentemente por la mañana, junto con el desayuno. Su acción adaptógena lo hace ideal para iniciar el día con mejor tolerancia al esfuerzo físico y mental.

#### **OBJETIVO**

Adaptógeno natural para ayudar a manejar el estrés físico y mental.

### **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.