GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO Y CENA

Fecha: 08-07-2025

JONATHAN RODRIGO HERNANDEZ

SUPLEMENTO

Triple-Source
Magnesium +
Ashwagandha | Irwin
Naturals | 60
Cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día, preferentemente con alimentos y agua. Es ideal para adultos con alta demanda física o emocional, alteraciones del sueño, fatiga mental o desequilibrio del eje HHA.

OBJETIVO

Apoyar la recuperación física y mental, reducir el estrés y promover el equilibrio emocional

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.