GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 09-08-2025

Fernanda Velasco Aviles

CENA

SUPLEMENTO

Raíz de Ashwagandha, Reishi, Cordyceps, Rhodiola + L-Glutamina Calma de Landa Adaptógenos

RECOMENDACION

Consumir 1 porción (5 g) al día, disuelta en agua o bebida caliente, preferentemente junto con alimentos ligeros.

OBJETIVO

Reducir el estrés, favorecer la calma mental y apoyar el balance 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.