GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 27-10-2025

MAÑANA

Ivonne M Mejia Gomez

SUPLEMENTO

Ashwagandha
Optimizada | Life
Extension | 60
Cápsulas
Vegetarianas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con el estómago vacío

OBJETIVO

Reducir el estrés y la ansiedad, equilibrar los niveles de cortisol y apoyar la función cognitiva y el descanso mediante extracto estandarizado de raíz y hoja de ashwagandha.

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.