

Fecha: 02-09-2025

Paola Fernandez

D-A-C	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Cúrcuma Curcumín C3 Complex® 500 mg NATSA 100 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas después de cada comida principal (3 veces al día). Desayuno, comida y cena, junto a alimentos grasos o ricos en fibra</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el confort digestivo, reducir la inflamación sistémica y proteger contra el daño oxidativo mediante una fórmula sinérgica con cúrcuma estandarizada, pimienta negra y canela.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Citrato de Magnesio 1000 mg Briah 60 Cápsulas Blandas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas al día.. Preferentemente por la noche, con alimentos ricos en fibra o grasas saludables. Ideal en protocolos de ansiedad leve, fatiga crónica, perimenopausia, longevidad celular .</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la producción de energía celular, mejorar la función neuromuscular y favorecer el descanso mediante una forma bien tolerada de magnesio en cápsulas blandas.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Optimizada Briah 500 mg 60 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día con alimentos ricos en grasas saludables o fibra. Ideal en protocolos de perimenopausia, longevidad emocional, recuperación post-estrés y salud neuroendocrina</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el impacto del estrés físico y emocional, mejorar la energía y promover el equilibrio hormonal mediante una dosis funcional de ashwagandha estandarizada.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>