## **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 04-07-2025

### Sergio Soberanez

# MAÑANA

#### **SUPLEMENTO**

Ashwagandha Optimizada 125 mg | Life Extension | 60 Cápsulas

#### RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula en la noche. Es ideal para personas con estrés crónico, ansiedad leve, fatiga mental o alteraciones del sueño relacionadas con el ritmo circadiano.

#### **OBJETIVO**

Reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la calidad del descanso y promover el equilibrio emocional

#### **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.