

Fecha: 29-07-2025

EDGAR ALONSO BLASIO GARCÍA

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 450mg de Swanson   Combate el estrés y la ansiedad, promoviendo el bienestar general</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula por la mañana con alimento. En la mañana ayuda a equilibrar cortisol y energía</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo ante el estrés físico y mental.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Cardo Mariano 700mg + Diente de León 250mg de Swanson   Proporciona Bienestar Digestivo y Desintoxicación</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula con la cena. Por la noche favorece la depuración hepática natural.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo para la desintoxicación y función hepática.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>