# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 30-07-2025

## Nicolás Avila G

# SUF

**DESAYUNO** 

#### **SUPLEMENTO**

Vitamina B-12 1000 mcg + Ácido Fólico | NOW Foods | 100 pastillas masticables

#### **RECOMENDACION**

1 pastilla al día, con alimentos. Previene deficiencias comunes en dietas veganas o vegetarianas

#### **OBJETIVO**

Apoyar la producción de energía, la función neurológica y la síntesis de ADN. Especialmente útil en dietas veganas, estrés crónico, fatiga y deficiencias hematológicas.

### **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.