GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 28-06-2025

Pilar Dacosta

ANTES DE DORMIR

SUPLEMENTO

Glicinato de Magnesio, Abitü, 560 mg, cápsulas veganas, 30 unidades

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula diaria, preferentemente con agua. El glicinato de magnesio favorece el sueño y la recuperación nocturna sin causar molestias digestivas.

OBJETIVO

Apoyar la relajación muscular y mejorar el descanso

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.