## **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 10-07-2025

### Juan jose Olguin muñiz

# DESAYUNO

#### **SUPLEMENTO**

Rhodiola Rosea de Commons Hongo Adaptógeno | Reduce el impacto del estrés físico y mental

#### RECOMENDACION

Tomar 1 porción al día (1 g), disolver en agua o bebida. La Rhodiola es un adaptógeno ideal para comenzar el día con mayor claridad y energía mental

#### **OBJETIVO**

Apoyar el rendimiento mental y reducir la fatiga.

#### **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.