GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 26-06-2025

Ana Laura hernandez castillo

SU

SUPLEMENTO

Ashwagandha Optimizada | Life Extension | 60 Cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula en la noche. Consumirlo con el estómago vacío mejora su biodisponibilidad y potencia sus efectos adaptógenos y ansiolíticos.

OBJETIVO

Reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la calidad del sueño y apoyar la claridad mental

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.