GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ALMUERZO

Fecha: 08-07-2025

Esmeralda Corral

SUPLEMENTO

DHEA 25mg de Life Extension | Fortalece el Sistema Inmune y Hormonal

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día preferentemente con comida. El DHEA es una hormona precursora clave para el equilibrio endocrino, ideal en la mañana para acompañar el ritmo circadiano natural.

OBJETIVO

Apoyar niveles hormonales óptimos.

SUPLEMENTO

Súper Omega-3 con EPA + DHA 2000mg de Life Extension | Promueve la función cerebral y cardiovascular

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con alimentos grasos. Los ácidos grasos omega-3 se absorben mejor con alimentos y ayudan a modular la inflamación a lo largo del día.

OBJETIVO

Apoyo cardiovascular, cerebral y antiinflamatorio

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.