

Fecha: 21-08-2025

Cristal Martinez rangel

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>30 Billones Probióticos + Prebióticos + Vitamina C Bioflora 35 Cápsulas Ácido Resistentes</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos y agua (no caliente). Cápsulas ácido-resistentes que garantizan supervivencia bacteriana hasta el intestino. Fórmula vegana, libre de gluten, soya y lácteos</div><div>OBJETIVO</div><div>Restaurar el equilibrio de la flora intestinal, mejorar la digestión y reforzar el sistema inmunológico mediante una combinación de 10 cepas probióticas, prebióticos y vitamina C.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Optimizada Briah 500 mg 60 Cápsulas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día con alimentos. Útil en protocolos de ansiedad leve, burnout, insomnio y fatiga crónica</div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el impacto del estrés físico y emocional, mejorar la calidad del sueño y promover el equilibrio hormonal mediante un extracto optimizado de Withania somnifera.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>