

Fecha: 28-11-2025

RIVERA RICO, MARIA LOURDES

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>DHEA Swanson 25 mg 120 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer el fortalecimiento óseo, la vitalidad y el envejecimiento saludable mediante la suplementación con DHEA en dosis moderada.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Resveratrol Swanson 100 mg 30 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la protección antioxidante, la salud cardiovascular y el bienestar general mediante resveratrol en dosis concentrada.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Birdman Creatine Refresher Creatina Monohidratada + Electrolitos + Magnesio + Vitaminas 300 g</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 medida (≈10 g) disuelta en agua o bebida post-entrenamiento</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la energía muscular, la hidratación y la recuperación post-entrenamiento mediante creatina monohidratada, electrolitos y vitaminas.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>