GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Margarita Vargas

DESAYUNO

DESAYUNO

DESAYU

CENA

Fecha: 12-09-2025

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día junto con el desayuno. Ideal para comenzar el día con enfoque y vigor.

SUPLEMENTO

Maca Premium de Natsa | Mezcla de Maca Amarilla, Roja Y Negra

OBJETIVO

Apoyar la energía, el equilibrio hormonal y la vitalidad física y mental.

SUPLEMENTO

Zinc 20 mg Natsa | Contribuye al funcionamiento del sistema inmune

RECOMENDACION

Tomar 1 tableta al día junto con el desayuno. Tomarlo por la mañana mejora su absorción y potencia su acción durante el día.

OBJETIVO

Apoyar la función inmunológica, la síntesis hormonal y la salud celular.

SUPLEMENTO

Vitamina C
Liposomal 24 Horas
350mg con LipoCmax 1000mg y
Ascorbato de Calcio,
Fórmula Hydrogel
de Life Extension

RECOMENDACION

Tomar 1 tableta al día junto con el desayuno. Ideal para comenzar el día con soporte antioxidante prolongado.

OBJETIVO

Apoyar la inmunidad, la salud ósea y la protección antioxidante.

SUPLEMENTO

Magnesio 7 formas 2000 mg Eternal Nutrition | Contribuye al sueño y la relajación

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día junto con la cena. La inulina mejora la absorción intestinal. Ideal para uso nocturno por su efecto calmante.

OBJETIVO

Apoyar la relajación muscular, el sueño y la función neurológica.

[•] 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.