GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

ANTES DE DORMIR

Fecha: 02-08-2025

JESUS MARTINEZ

SUPLEMENTO

Womens Blend | Colágeno + Vitaminas | Apoyo del sistema Inmune

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día por la mañana con el desayuno.

OBJETIVO

Apoyar la salud de la piel, cabello, uñas y el bienestar femenino general.

SUPLEMENTO

Ashwagandha 450mg de Swanson

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferentemente por la noche.

OBJETIVO

Reducir el estrés y favorecer la relajación.

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.