GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



AYUNAS

DESAYUNO

Fecha: 26-09-2025

MARTHA IGLESIAS ISLAS

SUPLEMENTO

NAD Liposomal + CoQ10, Resveratrol y Vitamina C | NATSA | 60 Cápsulas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día ayunas o junto con batido funcional bajo en grasa

OBJETIVO

Estimular la regeneración celular, mejorar la producción de energía mitocondrial y proteger frenteal daño oxidativo mediante una fórmula liposomal de alta biodisponibilidad.

SUPLEMENTO

Zinc 20 mg | NATSA | 100 Tabletas

RECOMENDACION

1 tableta al día junto con alimentos ricos en proteína o batido funcional

OBJETIVO

Contribuir al funcionamiento óptimo del sistema inmunológico, apoyar la reparación celular y regular el metabolismo hormonal mediante zinc elemental biodisponible

SUPLEMENTO

Litio 1000 mcg | Life Extension | 100 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día con alimentos ligeros. Ideal para: Protocolos cognitivos, emocionales, longevidad cerebral

OBJETIVO

Apoyar la neuroplasticidad, la resiliencia emocional y la protección neuronal

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.