# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 23-09-2025

**ANANAM** 

MAÑANA Y TARDE

**Ana Silvia Alcocer Canto** 

#### **SUPLEMENTO**

Inositol 500 mg Nature's Way | 100 Cápsulas Veganas

#### RECOMENDACION

1 cápsula al día junto con bebida vegetal neutra o batido funcional

# **OBJETIVO**

Contribuir al equilibrio emocional, mejorar la señalización cerebral y modular la respuesta al estrés mediante inositol puro y biodisponible.

# **SUPLEMENTO**

Aguaje | Natsa | 100 Cápsulas Vegetales

### RECOMENDACION

2 cápsulas al día junto con alimentos ricos en grasa saludable

#### **OBJETIVO**

Apoyar el equilibrio hormonal femenino, mejorar la apariencia de piel y cabello, y contribuir a la regulación menstrual mediante aguaje amazónico rico en fitoestrógenos.

# **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.