GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

Fecha: 21-10-2025

Marcos Rendon

SUPLEMENTO

Glutatión + NAD+ + Cognizin® 1500 mg | Eternal Nutrition | 200 Cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día (1500 mg), preferentemente por la mañana. Acompañar con agua. No exceder la dosis recomendada.

OBJETIVO

Favorecer la producción natural de energía celular, mejorar la función cognitiva y apoyar la detoxificación celular mediante glutatión, NAD+ y Cognizin®.

JESAYUNO

SUPLEMENTO

Spermidina + AKG | Eternal Nutrition | 200 Cápsulas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día junto con alimentos o batido funcional

OBJETIVO

Favorecer la absorción y distribución del calcio, fortalecer huesos y vasos sanguíneos, y modular la respuesta inmunológica mediante vitamina D3, K2 y cofactores sinérgicos.

SUPLEMENTO

Resveratrol | Natsa | 100 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día junto con alimentos grasos o batido funcional

OBJETIVO

Neutralizar radicales libres, proteger el sistema cardiovascular y modular la inflamación celular mediante resveratrol y extracto de semilla de uva.

DESAYUNO

SUPLEMENTO

NMN | Nicotinamida Mononucleótido 500 mg | Tibet Natura | 30 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día junto con alimentos grasos o batido funcional

OBJETIVO

Estimular la producción de NAD+, mejorar la eficiencia energética celular y apoyar la función metabólica mediante NMN de alta pureza.

• 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.

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 21-10-2025

Marcos Rendon

MAÑANA

SUPLEMENTO

NAD+ + Quercetina + Resveratrol 375 mg | 5H8 | 90 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día junto con alimentos grasos o batido funcional

OBJETIVO

Estimular la producción de energía celular, proteger el ADN frente al envejecimiento y modular la inflamación mediante NAD+, quercetina y resveratrol.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.