GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 07-08-2025

Georgina Ricaño

AYUNAS

DESAYUNO

SUPLEMENTO

50 Billones Probióticos + Prebióticos Bioflora | Suplemento

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferentemente en ayunas. Aporta 50 billones de UFC de 10 cepas probióticas, junto con inulina prebiótica que alimenta la microbiota.

OBJETIVO

Restablecer y mantener un equilibrio saludable de bacterias intestinales, mejorar la digestión y reforzar las defensas.

SUPLEMENTO

Apoyo tiroideo, Thyroid Max Support | GOU Medical

RECOMENDACION

Tomar 3 cápsulas al día, junto con alimentos.

OBJETIVO

Contribuir al funcionamiento saludable de la tiroides, optimizar la producción hormonal y apoyar el metabolismo energético.

SUPLEMENTO

Minerales de Espectro
Completo - Fórmula
Multimineral para el
Sistema Óseo, con Alto
Contenido de Calcio y
Sin Hierro de Now
Foods

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día, junto con alimentos junto con el almuerzo.

OBJETIVO

Proporcionar un aporte balanceado de minerales esenciales para huesos fuertes, buena contracción muscular y equilibrio electrolítico.

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.