# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



**Fecha:** 07-07-2025

# María Rafaela Vega

CENA

# **SUPLEMENTO**

Glicinato de Magnesio 200mg de NOW Foods | Soporte para el Sistema Nervioso

### RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas diarias junto con alimentos. El magnesio glicinato se absorbe mejor por la noche y apoya al sistema nervioso mientras el cuerpo descansa.

# **OBJETIVO**

Favorecer la relajación y funciones nerviosas y musculares.

# **SUPLEMENTO**

# **RECOMENDACION**

# **OBJETIVO**

# **SUPLEMENTO**

# RECOMENDACION

# **OBJETIVO**

# **SUPLEMENTO**

### RECOMENDACION

# **OBJETIVO**

<sup>•</sup> 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.