## GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 15-08-2025

### **Adrian Leyva**

# **DESAYUNO**

DESAYUNO

#### **SUPLEMENTO**

Mega D-3 + MK-7 | NOW Foods | 5000 UI D3 + 180 mcg K2 | 60 Cápsulas Veganas

#### RECOMENDACION

1 cápsula al día con el desayuno, Ideal para adultos con baja exposición solar, menopausia, osteopenia o riesgo cardiovascular

#### **OBJETIVO**

Fortalecer huesos y dientes, mejorar la absorción y distribución del calcio, y proteger la salud arterial mediante una fórmula sinérgica de alta potencia.

#### **SUPLEMENTO**

Vitaminas D3 + K1/K2 + Yodo Marino | Life Extension | 60 Cápsulas Vegetarianas

#### RECOMENDACION

1 cápsula al día. idealmente con alimentos ricos en grasas saludables. Ideal para adultos con baja exposición solar, menopausia, hipotiroidismo subclínico o protocolos de longevidad

#### **OBJETIVO**

Fortalecer huesos, dientes y sistema inmune, mientras apoya la función tiroidea y cardiovascular mediante una fórmula sinérgica con yodo marino y tres formas de vitamina K.

#### **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.