

Fecha: 10-07-2025

María José Avilez

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Picolinato de Cromo Swanson 100 y 200 Cápsulas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Ideal para adultos con resistencia a la insulina, metabolismo lento o que buscan longevidad metabólica.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el metabolismo de carbohidratos y lípidos, mejorar la sensibilidad a la insulina y contribuir al control de peso</div></div>
ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Berberina Flow Supplements 90 Cápsulas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con alimentos. Ideal para adultos con metabolismo lento, resistencia a la insulina o que buscan longevidad metabólica sin estimulantes.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Regular los niveles de glucosa, mejorar la función metabólica y apoyar la salud cardiovascular</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Glicinato de Magnesio NOW Foods 180 Tabletas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula en la noche. Es especialmente útil en adultos con estrés físico o mental, digestión sensible o deficiencia de magnesio.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el sistema nervioso, muscular y cardiovascular con una forma altamente absorbible de magnesio</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Nature's Way 60 Cápsulas</div></div> <div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula en la noche. Ideal para adultos que buscan una solución natural para el manejo del estrés diario, sin estimulantes ni efectos secundarios agresivos.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la respuesta al estrés, reducir la ansiedad y mejorar el bienestar emocional</div></div>