GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



recha:

AYUNAS

DESAYUNO

Fecha: 16-07-2025

Arianna Michelle Hernández Borja

SUPLEMENTO

Saccharomyces
Boulardii Probiótico
de Swanson |
Equilibra la flora
intestinal saludable y
previene el malestar
digestivo

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día, preferentemente en ayunas. Se toma en ayunas para favorecer la colonización del tracto gastrointestinal sin interferencia alimentaria.

OBJETIVO

Apoyo digestivo y equilibrio de la microbiota intestinal.

SUPLEMENTO

Aceite de Coco +
Vitaminas D3 y K2 |
B-Life | Apoyo
Cardiovascular

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día con alimentos grasos. La vitamina D es liposoluble, por lo que se recomienda con alimentos que contengan grasa para mejorar su absorción.

OBJETIVO

Favorecer la absorción de vitamina D3 y K2 para soporte óseo.

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.