

Fecha: 17-08-2025

Karla Navarro

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vitamina C, B, PABA, Complejo Suprarrenal, N-Acetil-L-Tirosina de Designs for Health</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día con alimentos en el desayuno. Tomarlo en la mañana favorece la energía diurna y la respuesta al estrés a lo largo del día.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo a la función adrenal, energía sostenida y mejor manejo del estrés.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Hierro Bisglicinato 36 mg de NOW Foods Suave y Sin Estreñimiento, Hierro Doble Fuerza</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día con la comida principal, acompañada de agua. Su ingesta al mediodía mejora la absorción y reduce molestias digestivas, evitando interferencias con el descanso nocturno.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reponer niveles de hierro, prevenir anemia y apoyar el transporte de oxígeno en sangre.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div> <div><div>OBJETIVO</div></div>