# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



Fecha: 21-10-2025

Jose Luis de la Vega

#### **SUPLEMENTO**

Citrato de Magnesio 400 mg | Solaray | 90 Cápsulas Veganas

#### **RECOMENDACION**

1 cápsula al día con alimentos o batido funcional

#### **OBJETIVO**

Apoyar la función muscular y nerviosa, mejorar la producción de energía y promover la salud ósea mediante magnesio en forma de citrato altamente absorbible.

## **SUPLEMENTO**

### **RECOMENDACION**

#### **OBJETIVO**

#### **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.