

Fecha: 29-07-2025

Claudia Nelson

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Brilla WU Nutrition 60 cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas diarias en la mañana, con alimentos.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la salud capilar, fortalecer el crecimiento y reducir la caída del cabello. También favorece la nutrición de piel y uñas gracias a su perfil antioxidante y regenerador.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>MAGNÍFICO WU Nutrition 120 cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula diaria en la mañana, con desayuno</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar el sistema nervioso, el descanso profundo y el rendimiento muscular mediante una mezcla biodisponible de tres tipos de magnesio. Complementa rutinas antiestrés, sueño, movilidad</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vinagre de Manzana + Ácido Fólico + Vitamina B12 cmd Gomitas masticables veganas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Masticar 2 gomitas al día con alimentos. Goma sin azúcar, ideal para quienes prefieren alternativas a cápsulas o tabletas</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyar la digestión, el metabolismo energético y el bienestar celular con una fórmula funcional y agradable al paladar.</div></div>
DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>QUERIDA WU Nutrition 120 cápsulas Colágeno + Vitaminas esenciales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>2 cápsulas al día por la mañana con alimentos</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Fortalecer cabello, piel y uñas desde adentro. Soporte integral a la regeneración celular, producción de colágeno, metabolismo energético y equilibrio hormonal.</div></div>

Fecha: 29-07-2025

Claudia Nelson

ALMUERZO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Omega-3 Aceite de Salmón EPA y DHA 1000mg Latido de Wu Nutrition Salud Cardiovascular y Cerebral</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día junto con alimentos. Los omegas tienen mejor absorción cuando se ingieren con grasas saludables en una comida principal.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo cardiovascular y antiinflamatorio</div></div>
ANTES DE DORMIR	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 0.7 g Regresa de WU Nutrition Ayuda a reducir el estrés y la ansiedad, contribuyendo al descanso</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 2 cápsulas al día, preferentemente en la noche. La Ashwagandha favorece la relajación, ideal antes de dormir para reducir el cortisol.</div></div>
		<div><div>OBJETIVO</div><div>Apoyo en el manejo del estrés y el descanso</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>