# **GUIA DE SUPLEMENTACIÓN**

PERSONALIZADA



**Fecha:** 16-09-2025

**MANANA** 

# Juan Ignacio Zalvidea Bada

#### **SUPLEMENTO**

Ginkgo Biloba
Extract | Swanson |
30 mg
Estandarizado | 30
Cápsulas Vegetales

#### **RECOMENDACION**

1 cápsula al día, junto con alimentos ricos en grasa saludable (aguacate, nueces, aceite de oliva)

#### **OBJETIVO**

Mejorar la memoria, la concentración y la circulación cerebral mediante extracto estandarizado de Ginkgo biloba con alta pureza y potencia.

# **SUPLEMENTO**

Magno Complex | Matter | Alta Biodisponibilidad | 100 Cápsulas Vegetales

### RECOMENDACION

1 cápsula a la noche, con agua o bebida vegetal neutra

#### **OBJETIVO**

Apoyar el sistema nervioso, mejorar la calidad del sueño y favorecer la relajación muscular mediante bisglicinato de magnesio quelado TRAACS® y óxido de magnesio en proporción funcional.

# **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.