

Fecha: 03-12-2025

Denisse Gonzalez

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Vinagre de Sidra de Manzana 700 mg WU Nutrition 120 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la salud inmunitaria, la digestión y el metabolismo de la glucosa mediante vinagre de sidra de manzana en cápsulas de alta concentración.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Mind & Stress Relief Landa Adaptógenos 90 Cápsulas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente en la mañana</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la reducción de la ansiedad y el estrés, promoviendo calma, energía equilibrada y resiliencia emocional mediante adaptógenos naturales.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Magno-Cit Matter Citrato de Magnesio Quelado 820 mg 120 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, preferentemente con alimentos</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la relajación muscular, la reducción de calambres y el bienestar neurológico mediante citrato de magnesio quelado de alta biodisponibilidad.</div></div>
NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha Orgánica Landa Adaptógenos Polvo 100 g</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cucharadita (≈3 g) al día, mezclada en agua, jugo o batido</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la relajación, la reducción del estrés y el equilibrio emocional mediante extracto orgánico de ashwagandha en polvo.</div></div>

Fecha: 03-12-2025

Denisse Gonzalez

NOCHE	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Reishi Landa Adaptógenos Extracto Líquido 30 ml</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 ml al día, diluido en agua o infusión</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div><div>Favorecer la relajación, el equilibrio emocional y la calidad del sueño mediante extracto líquido de hongo Reishi.</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>
	<div><div>SUPLEMENTO</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div></div>	<div><div>OBJETIVO</div></div>