GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



DESAYUNO

Fecha: 29-08-2025

ESTHER CAMARENA ZULUAGA

SUPLEMENTO

Bisglicinato de Hierro 18 mg | NOW Foods | 120 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, con alimentos (evitar café, té o lácteos en la misma toma). Ideal en protocolos de anemia leve, fatiga crónica, recuperación postmenstrual o postquirúrgica

OBJETIVO

Prevenir o corregir la deficiencia de hierro sin causar estreñimiento ni malestar digestivo, mediante una forma quelada de alta absorción: Ferrochel® bisglicinato ferroso.

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.