

Fecha: 29-08-2025

Saray Espinosa

MAÑANA	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Ashwagandha 450 mg NOW Foods 90 Cápsulas Vegetales</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día, por la mañana Con desayuno, Útil en protocolos de longevidad femenina, perimenopausia, estrés laboral, recuperación post-COVID y fatiga suprarrenal</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Reducir el cortisol, mejorar la estabilidad emocional y apoyar el sistema inmunológico mediante un extracto estandarizado de Withania somnifera con alta concentración de withanólidos.</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>K2+D3 + Aceite MCT Entera Pharma 180 Cápsulas Vegetarianas</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>1 cápsula al día con alimentos grasos. Ideal en protocolos de salud ósea, prevención de osteoporosis, longevidad cardiovascular y bienestar muscular</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Optimizar la absorción y distribución del calcio, fortalecer huesos y músculos, y proteger el sistema cardiovascular mediante una fórmula con vitamina D3, K2 y triglicéridos de cadena media (MCT).</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>