

Fecha: 21-08-2025

Elizabeth Reyes Llinas

DESAYUNO	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Complejo B con Metil Folato (Quatrefolic®) y Vitamina B12 Besties Matter</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día, El metil folato (Quatrefoil®) y la vitamina B12 en forma metilada mejoran la absorción y el uso efectivo, favoreciendo la claridad mental y reduciendo el cansancio.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Energía, metabolismo y función cognitiva</div></div>
	<div><div>SUPLEMENTO</div><div>Glicinato de Magnesio, GABA, L-Teanina, 5HTP y Vitamina B 6 de NutriADN Apoyo para el Sueño y Buen Descanso</div></div>	<div><div>RECOMENDACION</div><div>Tomar 1 cápsula al día, 30–40 min antes de dormir.</div></div> <div><div>OBJETIVO</div><div>Relajación y mejor calidad del sueño</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>