GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 13-10-2025

Nalliely Hernández Cornejo

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

Ashwagandha
Optimizada 125 mg |
Life Extension | 60
Cápsulas
Vegetarianas

1 cápsula al día junto con bebida tibia o alimentos grasos

OBJETIVO

Reducir el impacto del estrés físico y mental, favorecer el descanso y modular la respuesta emocional mediante extracto estandarizado de ashwagandha.

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.