GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 27-10-2025

ALMUERZO

César Alfredo Romero Palafox

SUPLEMENTO

Omega 3 Platinum | B Life | 180 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, con alimentos grasos para mejor absorción

OBJETIVO

Apoyar la salud del corazón, el cerebro y las articulaciones mediante ácidos grasos omega-3 de alta concentración y pureza, derivados de aceite de anchoa salvaje.

SUPLEMENTO

Paz | Glicinato de Magnesio + Arándano | WU Nutrition | 120 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

2 cápsulas al día, preferentemente 1 hora antes de dormir

OBJETIVO

Promover un estado de relajación natural, mejorar la calidad del sueño y apoyar la función neuromuscular mediante magnesio bisglicinato y antioxidantes del arándano.

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.