



NUTRICIÓN®
por tu Salud

FERNANDA HURTADO

CÉDULA: 6822564

Nutrióloga, Educadora en Diabetes, Especialista
en Nutrición Fitness y Coaching Nutricional.

Suplementación indicada:

- Omega 3: 2 cápsulas al despertar por 3 meses
- Magnesio: 300 mg por día con la comida
- Picolinato de cromo: 800 mcg por día 1 tableta con la comida número 2 del día hasta nuevos estudios.
- Proteína solo cuando venga indicada en la cantidad mencionada directamente en el plan de alimentación.

Fernanda Hurtado Arau