



NATALIA AMARAL

NUTRICIONISTA CRN5-8262

Praça Ruy Barbosa, 185, Centro

Ilhéus – BA

(73) – 99155-5696

ORIENTAÇÕES DE USO DOS SUPLEMENTOS

FASE 1

Iniciar imediatamente.

Tomar 1 dose por dia, após o almoço.

Utilizar até finalizar as doses.

FASE 2 – *Atenção: não iniciar junto com a Fase 1*

Aguarde completar os primeiros **30 dias da Fase 1** antes de iniciar a Fase 2.

A partir do 31º dia: **continue tomando a Fase 1** (1 dose após o almoço) e **adicione a Fase 2** (1 dose após o café da manhã).

Utilizar até finalizar as doses.

NOME: Yasmin Oliveira Ferreira

PRESCRIÇÃO: FASE 1

MANIPULAR:

Ferro quelado	40mg
Vitamina C	150mg
Vitamina D	4000UI
Zinco quelado	20mg

Aviar 90 doses, consumir 1 dose após o almoço por 3 meses.

PRESCRIÇÃO: FASE 2

MANIPULAR:

Quercetina	400mg
Tirosina	150mg
Silício orgânico	100mg
Biotina	300mcg
Cistina	400mg
Metionina	450mg

Aviar 90 doses, consumir 1 dose depois do café da manhã por 3 meses.

NATÁLIA AMARAL
NUTRICIONISTA
CRN5-8262

