



NATALIA AMARAL

NUTRICIONISTA CRN5-8262

(73) 99155-5696

Av. Osvaldo Cruz, 74, Edf Premier - Sala 307

Ilhéus - BA

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: Elaina Rocha Carlos

DATA: 12/08/2026

PRESCRIÇÃO: FASE 1

MANIPULAR:

USO ORAL

Ferro quelado **30mg**
Vitamina C **150mg**
Vitamina D **4000UI**
Piridoxal 5-Fosfato (P5P) **25mg**

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

NATÁLIA AMARAL

NUTRICIONISTA
CRN5-8262

PRESCRIÇÃO: FASE 2

MANIPULAR:

USO ORAL

Zinco quelado **20mg**
Quercetina **400mg**
Tirosina **150mg**
Silício orgânico **100mg**
Biotina **300mcg**
Cistina **400mg**
Metionina **450mg**
Cobre **1mg**

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

Obs.: a Quercetina pode ser substituída por
QUERCETEAM PHYTOSSOME 30 MG.