

# OVARIOS POLIQUÍSTICOS Kit



## EN AYUNAS

### Yodo Naciente:

Diluir de 1 a 3 gotas en agua.

### IMPORTANTE

No exceda las 3 gotas diarias a menos que lo recomiende su proveedor de atención médica. Para obtener los mejores resultados, tome 200 mcg de selenio (1 cápsula) diariamente cada vez que consuma yodo.

### Happy Tummy:

Diluya 15 gotas en agua.

*Nota: Si toma yodo naciente puede añadir Happy Tummy a su agua con yodo y vinagre de sidra de manzana.*

### EN LA MAÑANA:

#### Molecular Progesterone:

**Durante el primer mes de uso:** Presione el dispensador 2 veces, dándose un masaje por la mañana y otro antes de acostarse. Aplicar en rostro, cuello, interior de la muñeca y tobillos.

*Evitar aplicarla en áreas grasosas como la entrepierna, los senos o el abdomen.*

**A partir del segundo mes de uso:** Presione el dispensador solo una vez, siguiendo las mismas instrucciones.

### ANTES DE UNA COMIDA (CUALQUIER COMIDA DEL DÍA):

**MYO Hormonal Support:** Tomar 4 cápsulas.

**DIM Hormonal Support:** Tomar 2 cápsulas.

### CON COMIDA (A CUALQUIER HORA DEL DÍA):

**Marine Omega-3:** Tomar 2 softgels.

**Elixir Vita Minerals:** Tomar 4 cápsulas.

### ANTES DE LAS COMIDAS PRINCIPALES (ALMUERZO Y CENA):

**Happy Tummy:** Diluya 15 gotas en agua.



## ANTES DE ACOSTARSE

### Molecular Progesterone:

**Durante el primer mes de uso:** Presione el dispensador 2 veces, dándose un masaje por la mañana y otro antes de acostarse. Aplicar en rostro, cuello, interior de la muñeca, área genital o tobillos.

*Evitar aplicarla en áreas grasosas como la entrepierna, los senos o el abdomen.*

**A partir del segundo mes de uso:** Presione el dispensador solo una vez, siguiendo las mismas instrucciones.

