



# Un viaje lleno de cambios y fortaleza

A lo largo de la vida, las mujeres atraviesan distintas etapas que transforman su cuerpo, su mente y su espíritu.

# Descubre nuestros ingredientes funcionales



## **La era de la inocencia, los sueños y las galletas**

Crecimiento físico y desarrollo psicomotor. La nutrición adecuada es clave para este período de rápido desarrollo. La salud cognitiva, motora y socioemocional comienzan a consolidarse, sentando las bases para el futuro.

## **La fase del caos hormonal y las verdades absolutas**

Cambios hormonales significativos marcan esta etapa, incluyendo el inicio de la menstruación y el desarrollo físico. Es crucial prestar atención a la salud mental, promover un desarrollo psicológico saludable y fomentar hábitos positivos para el futuro.



## **La etapa del “Lo tengo todo bajo control, o eso creo”**

La edad adulta es una fase de grandes cambios y oportunidades para cuidar la salud de manera integral. Durante esta etapa, muchas mujeres viven experiencias transformadoras como el embarazo, un período que requiere una atención especial para apoyar el bienestar tanto de la madre como del bebé. Incluso fuera del embarazo esta etapa invita a priorizar el bienestar desde el interior, ya sea para afrontar los retos de la maternidad o para disfrutar de una vida activa y saludable.

## **Juventud divino tesoro**

Durante esta etapa, se inician cambios como la menopausia, que puede generar sofocos y alteraciones emocionales. Mantenerse activa, tanto física como socialmente, contribuye a preservar la calidad de vida y el bienestar emocional.

