

Suplementos nutricionales: lo que necesita saber

PREGUNTAS QUE DEBE HACERLE A SU MÉDICO

- ¿Cómo sé si necesito un suplemento nutricional?
- ¿Cómo sé qué dosis debo tomar?
- ¿Qué suplemento nutricional sería beneficioso para mí?
- ¿Se consideran las vitaminas como suplementos nutricionales?
- ¿Pueden interactuar los suplementos nutricionales con los alimentos o medicamentos que ya estoy tomando?
- ¿Pueden los suplementos nutricionales causar efectos secundarios?
- ¿Pueden interferir los suplementos nutricionales con los resultados de laboratorio?
- ¿Con qué frecuencia debo tomar los suplementos nutricionales?
- ¿Son seguros los suplementos nutricionales?
- ¿Son los suplementos nutricionales “naturales” más seguros?
- ¿Hay alguna persona que debería evitar tomar suplementos nutricionales?
- Existen muchos suplementos nutricionales disponibles a la venta. ¿Cómo selecciono el adecuado para mí?

This content was developed with support from Nature Made®.

