



Método K. Beauty

atom美
ATOMY

GUIA ATOMY · SUPLEMENTAÇÃO · ÔMEGA 3

para quem sabe que não come peixe há meses e sente que devia

과학을 느끼다

A rotina sem peixe e a vontade de repor o ômega 3 de algum jeito. O guia mostra como incluir na rotina, sem mistério.

Instagram @metodokbeauty

atom美
ATOMY

Peixe é a principal fonte de ômega 3 na alimentação, e a verdade é que muita gente passa semanas, às vezes meses, sem comer. Você sabe disso e sente que devia dar um jeito. A suplementação de ômega 3 é uma forma prática de incluir o EPA e o DHA na rotina de quem não consome peixe com frequência, desde que feita com constância e do jeito certo.



REPOR O QUE A ROTINA NÃO TRAZ

Suplementar ômega 3 é sobre incluir na rotina o que a alimentação não traz. Para quem quase não come peixe, o suplemento é a forma prática de manter o EPA e o DHA no dia a dia. O da Atomy, o Alaska E-Omega 3, entrega esses ácidos graxos num formato prático de cápsula, pensado para o uso diário com qualidade e constância.

POR QUE ESCOLHER ATOMY?

Suplemento de ômega 3 da Atomy, com EPA e DHA, num formato prático para incluir na rotina de quem não come peixe com frequência, com preço de rotina. A conveniência de um hábito organizado, sem a etiqueta das marcas importadas.

Seu novo ritual

Um passo, todo dia. Incluir o ômega 3 na rotina, sempre no mesmo momento.



1 Alaska E-Omega 3 오메가

Tome a porção diária recomendada no rótulo, de preferência junto de uma refeição, sempre no mesmo momento do dia. A constância é o que organiza a suplementação.

DICA DE OURO

Ômega 3 é melhor aproveitado junto de uma refeição que tenha um pouco de gordura, então tome a cápsula no almoço ou no jantar, não em jejum. E guarde o pote num lugar fresco e ao lado do prato, para não esquecer. Siga sempre a orientação do rótulo e, em caso de dúvida, consulte um profissional de saúde.

美

O que você vai ver

1ª sem

O ômega 3 entra na rotina num horário fixo, junto das refeições.

1 mês

O hábito se organiza e a suplementação vira parte natural do dia.

sempre

A reposição de ômega 3 fica constante, do jeito certo, para quem não come peixe.

Investimento total do protocolo: R\$ 176

A suplementação de ômega 3 com EPA e DHA, num formato prático de cápsula, por um preço que cabe na rotina. E rende o mês. Suplemento alimentar; não é medicamento e não substitui uma alimentação equilibrada.

Preço sujeito a alteração. Consulte o valor atual no site oficial br.atomy.com.

COMO COMPRAR ATOMY

A Atomy funciona **por convite**. Para adquirir os produtos, você precisa do convite de um membro. Me chame no WhatsApp e eu te oriento no passo a passo, **sem custo e sem compromisso**.

Não come peixe e sente que devia repor o ômega 3? Me chama que eu te oriento a incluir na rotina do jeito certo.

[Falar agora no WhatsApp e começar hoje](#)

 **Site** metodokbeauty.com.br  **Instagram** [@metodokbeauty](https://www.instagram.com/metodokbeauty)  **TikTok** [@metodokbeauty](https://www.tiktok.com/@metodokbeauty)

 **YouTube** [@metodokbeauty](https://www.youtube.com/@metodokbeauty)  **WhatsApp** 11 98953-3629