INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

# Eko Reishi Inner Sanctum

### Inner Sanctum Organic Reishi

**Ingredientes:** 100% *Ganoderma lucidum* biológico cru em pó, do corpo frutífero inteiro.

**Como usar:** Toma 1 a 2 colheres de chá (aproximadamente 2 a 4 g) uma ou duas vezes por dia, em chá, cacau, bebida vegetal ou smoothie. Combina melhor com sabores intensos. Usa em ciclos até 8–10 semanas, depois faz uma pausa de 1–4 semanas.

**Avisos:** Não excedas a dose diária recomendada. Mantém fora do alcance das crianças. Destinado a adultos. Se estiveres grávida, a amamentar, se tomares medicamentos ou tiveres algum problema de saúde, consulta o teu médico ou farmacêutico antes de usar. Não uses se a embalagem estiver danificada. Os suplementos alimentares não substituem um regime alimentar variado e equilibrado nem um estilo de vida saudável.

**Conservação:** Mantém bem fechado num local fresco e seco (até 25 °C), longe do calor, da luz e da humidade. Não guardes na casa de banho.

## Composição

**Reishi (Ganoderma lucidum)**
100 % pó orgânico do corpo de frutificação do cogumelo reishi.

Contém naturalmente polissacarídeos, triterpenos e outros compostos bioativos, que fazem dele um dos cogumelos funcionais mais estudados.

Tradicionalmente, é usado como suplemento alimentar, como parte de abordagens nutricionais associadas a:

- **apoio ao sistema imunitário**
- **adaptação ao stress**
- **equilíbrio geral do corpo**

---

Lê o código para abrir as instruções a qualquer momento, mesmo sem esta folha.