

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 18-12-2025

Nidia Garcia Gonzalez

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Omega Glutathione+ | Reset | Omega-3 (EPA & DHA) + Glutatióñ Reducido + Curcuminoides + Extracto de Pimienta Negra | Apoyo Antioxidante | 90 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la protección antioxidante, el bienestar celular y el equilibrio inflamatorio mediante una mezcla sinérgica de EPA/DHA, glutatióñ reducido, curcuminoides y extracto de pimienta negra.

POST ENTRENO

SUPLEMENTO

Creatina Monohidratada | AMZ Pure Creatine | 100 o 200 Porciones

RECOMENDACION

1 scoop diario (\approx 3-5g según indicación del fabricante)

OBJETIVO

Favorecer la energía muscular, la fuerza y el rendimiento físico mediante creatina monohidratada micronizada de alta pureza.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

- La información aquí expuesta tiene un carácter meramente informativo y no debe interpretarse como una prescripción médica, ni está destinada a diagnosticar, tratar, curar, prevenir ninguna enfermedad o sustituir medicación alguna. Es responsabilidad del consumidor consultar con un médico o profesional de la salud antes de iniciar el consumo de cualquier suplemento.