

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 24-02-2026

NOCHE

SUPLEMENTO

Ashwagandha |
Nature's Way | 500
mg | 60 Cápsulas
Veganas

RAMON ABARCA

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar por la noche

OBJETIVO

Modulación del Eje del Estrés.

COMIDA

SUPLEMENTO

High Potency D3 &
K2 Complex | Irwin
Naturals | 60
Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar con la comida más grasa
del día

OBJETIVO

Direccionamiento Inteligente del Calcio

COMIDA

SUPLEMENTO

Super Omega-3 | Life
Extension | 2000 mg |
60 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

2 cápsulas al día. Tomar con la comida más
abundante.

OBJETIVO

Protección Celular y Cardiovascular Integral.

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.