

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 10-11-2025

Mariana Villegas

MAÑANA

MAÑANA Y NOCHE

SUPLEMENTO

Biotina 10,000 mcg +
Ácido Hialurónico +
Colágeno | Natsa |
100 Cápsulas
Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Fortalecer el cabello, mejorar la elasticidad de la piel y reforzar las uñas mediante una combinación sinérgica de micronutrientes estructurales y antioxidantes.

SUPLEMENTO

Extracto de
Ashwagandha
Orgánica | Now
Foods | 59 ml

RECOMENDACION

1.5 ml (≈1 gotero lleno), 1 a 2 veces al día

OBJETIVO

Ayudar al cuerpo a adaptarse al estrés físico y emocional, mejorar la energía y promover el bienestar general mediante extracto orgánico de raíz de ashwagandha.

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.