

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 23-12-2025

Karla Noriega

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Clorofila Plus | Flow Supplement | Alga Spirulina + L-Carnitina + Ácido Alfa Lipoico | Bienestar Digestivo - Detoxificación - Antioxidante | Líquido 500 ml

## RECOMENDACION

10 ml diluidos en agua o jugo, una vez al día

## OBJETIVO

Favorecer el bienestar digestivo, los procesos naturales de detoxificación y la protección antioxidante mediante la sinergia de spirulina, L-Carnitina y ácido alfa lipoico.

NOCHE

## SUPLEMENTO

Magnesio COMPLEX 680 mg | 5H8 Nutrition | Citrato + Glicinato + Gluconato + Óxido de Magnesio | Función Ósea - Muscular - Energía - Descanso | 120 Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la función ósea y muscular, la energía celular y el bienestar emocional mediante una combinación de cuatro formas de magnesio.

## 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.