

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 24-11-2025

**Oswaldo López**

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Zinc + Vitamina C |  
Garden of Life |  
Vitamin Code Raw |  
60 Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la función inmunológica, la defensa antioxidante y el bienestar celular mediante zinc y vitamina C en cápsulas vegetales.

NOCHE

## SUPLEMENTO

Magnesio Total | IVB  
Wellness Lab |  
Bisglicinato +  
Malato | 60  
Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la función muscular, el equilibrio nervioso y la energía celular mediante dos formas de magnesio de alta biodisponibilidad.

## 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.