

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 29-12-2025

Ernesto Rodriguez

MAÑANA

SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio
1000 mg por Porción
| Briah | Energía
Celular – Relajación
Muscular –
Bienestar
Neurometabólico

RECOMENDACION

2 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la energía celular, la relajación muscular y el bienestar neurometabólico mediante citrato de magnesio de alta biodisponibilidad.

NOCHE

SUPLEMENTO

Ashwagandha
450 mg | Swanson

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer el bienestar emocional, la reducción del estrés físico y mental y el equilibrio hormonal mediante extracto optimizado 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.