

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 30-12-2025

Guillermo Gutierrez Teran

NOCHE

## SUPLEMENTO

3 Mag Platinum | B-Life | Magnesio Citrato, Glicinato y Treonato | Soporte Muscular | 240 cápsulas

## RECOMENDACION

Favorecer la función muscular, la energía celular y el descanso mediante un complejo de magnesio con alta biodisponibilidad.

## OBJETIVO

Favorecer la función muscular, la energía celular y el descanso mediante un complejo de magnesio con alta biodisponibilidad.

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Womens Blend | B-Life | Colágeno + Vitaminas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer el sistema inmune, la salud ósea y el bienestar integral mediante colágeno combinado con vitaminas esenciales.

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Womens ZEN | B-Life | Maca + Isoflavonas + Ñame Silvestre

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer el bienestar femenino, el equilibrio hormonal y la energía celular mediante una mezcla herbal de maca, isoflavonas y ñame silvestre.

NOCHE

## SUPLEMENTO

Magnesio COMPLEX 680 mg | 5H8 Nutrition | Citrato + Glicinato + Gluconato + Óxido

## RECOMENDACION

2 cápsulas al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la función ósea y muscular, la energía celular y el descanso reparador mediante un complejo de magnesio con alta biodisponibilidad.

- 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.