

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 09-12-2025

Karen Renteria

NOCHE

SUPLEMENTO

Ashwagandha
500 mg | VitaMX |
Manejo del Estrés y
Bienestar General |
100 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente en la noche con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la resiliencia emocional, el manejo del estrés y el bienestar general mediante extracto concentrado de Withania somnifera (ashwagandha).

NOCHE

SUPLEMENTO

Glicinato de
Magnesio 500 mg |
NATSA | Apoyo
Muscular y
Neuromuscular | 100
Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la función muscular, la relajación neuromuscular y el bienestar integral mediante magnesio en forma de glicinato, altamente absorbible.

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.