

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 02-02-2026

MAÑANA

SUPLEMENTO

Té Verde 500 mg |
Tiba Salud | Energía y
Metabolismo | 60
Cápsulas Vegetales

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Curcupi | Tibet
Natura | Cúrcuma
Orgánica +
Curcumina +
Pimienta Negra | 90
Cápsulas

NOCHE

SUPLEMENTO

Laila | Tiba Salud |
Glicina + Teanina +
Magnesio + Toronjil |
30 Cápsulas

BLANCA ANGEL

RECOMENDACION

2 cápsulas al día. Por la mañana o antes de las 2:00 PM,

OBJETIVO

Aprovechar el poder del EGCG (galato de epigalocatequina), el antioxidante más potente del té verde.

RECOMENDACION

2 cápsulas al día. Tomar con la comida más abundante del día.

OBJETIVO

Maximizar la biodisponibilidad de los curcuminoïdes.

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar por la noche, unos 30 a 45 minutos antes de dormir.

OBJETIVO

Inducir un estado de relajación alfa y reducir la excitabilidad neuronal.

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.