

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 19-11-2025

Martha Bandala Garcia

ALMUERZO

## SUPLEMENTO

Omega-3 Aceite Puro de Salmón | B-Life | 180 Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción

## OBJETIVO

Favorecer la salud cardiovascular, la función cognitiva y la protección antioxidante mediante omega-3 de aceite puro de salmón.

NOCHE

## SUPLEMENTO

3 Mag Platinum | B-Life | Citrato, Glicinato y Treonato de Magnesio | 240 Cápsulas

## RECOMENDACION

2 cápsulas al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la contracción muscular, la energía celular y la función cognitiva mediante tres formas biodisponibles de magnesio.

## 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.