

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 26-01-2026

Pahoran De leon

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Vitamin C 24-Hour | Life Extension | Lipo-Cmax™ 1000mg & Fórmula Hydrogel | 60 Tabletas Vegetales

## RECOMENDACION

1 tableta al día. Por la mañana, con o sin alimentos.

## OBJETIVO

Apto para personas que buscan la máxima protección inmunológica, aquellos con estómagos sensibles, fumadores, y quienes desean un soporte antioxidante continuo

DESAYUNO/ALMUERZO

## SUPLEMENTO

Berberina + Magnesio + ALA | NutriADN | Control Metabólico y Lipídico | 60 Cápsulas Vegetales

## RECOMENDACION

2 cápsulas al día. 15 a 20 minutos antes de las comidas

## OBJETIVO

Apto para personas que buscan regular niveles de triglicéridos y colesterol, quienes padecen resistencia a la insulina o SOP, y aquellos que desean un apoyo natural para la salud metabólica

ALMUERZO

## SUPLEMENTO

Vitamina D-3 10,000 UI | NOW Foods | Alta Potencia – Salud Ósea e Inmune | 30 o 240 Cápsulas Blandas

## RECOMENDACION

1 cápsula cada 3 días, o según la indicación de tu profesional de salud.

## OBJETIVO

Elevar rápidamente los niveles de Vitamina D en sangre. Esta es una dosis de alta potencia, ideal para corregir insuficiencias.

## 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.