

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 14-11-2025

XIMENA PORTUGAL

MAÑANA

SUPLEMENTO

Multivitamínico
Matutino |
MaryRuth's | Líquido
946 ml y 450 ml

RECOMENDACION

1 medida (\approx 30 ml) al día, sola o diluida en agua/jugo

OBJETIVO

Favorecer la energía celular, la función inmunológica y el bienestar general mediante vitaminas esenciales en formato líquido de alta absorción.

MAÑANA

SUPLEMENTO

Melena de León |
Swanson | 500 mg |
60 Cápsulas
Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la concentración, la memoria y la salud neuronal mediante extracto de Hericium erinaceus (Hongo Melena de León).

NOCHE

SUPLEMENTO

Complejo
Adaptogénico |
Swanson | 60
Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la adaptación al estrés, la energía sostenida y la vitalidad general mediante la combinación de tres adaptógenos clásicos: Ashwagandha, Rhodiola y Ginseng.

NOCHE

SUPLEMENTO

Ashwagandha
Optimizada | Life
Extension | 125 mg | 60
Cápsulas Vegetarianas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la reducción del estrés y la ansiedad, contribuyendo al descanso y la resiliencia emocional mediante extracto optimizado de Withania somnifera (Ashwagandha).

- 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.

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 14-11-2025

XIMENA PORTUGAL

NOCHE

SUPLEMENTO

Multimineral
Nocturno para Niños
| MaryRuth's | Líquido
946 ml | Sabor Piña y
Coco

RECOMENDACION

1 medida (\approx 30 ml) al día, sola o diluida en agua/jugo

OBJETIVO

Favorecer el desarrollo óseo y muscular, además de apoyar el bienestar general durante el descanso nocturno mediante minerales esenciales en formato líquido.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.