

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 22-12-2025

Leticia Vega

SNACK

SUPLEMENTO

Wild Protein | Mini Barras de Proteína | 10 g de Proteína por Barra | Paquete de 12 Unidades

RECOMENDACION

1 barra al día, como snack proteico o post-entrenamiento

OBJETIVO

Favorecer la recuperación muscular, la energía diaria y el bienestar nutricional mediante mini barras con 10 g de proteína cada una.

NOCHE

SUPLEMENTO

Extracto de Ashwagandha Optimizada 125 mg | Life Extension | Estrés – Ansiedad – Descanso | 60 Cápsulas Vegetarianas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la reducción del estrés y la ansiedad, contribuyendo al descanso y al equilibrio del sistema nervioso mediante extracto optimizado de ashwagandha.

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.