

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 13-02-2026

OMAR ANTONIO VILLALBA

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Zinc Iónico Orgánico
Líquido para Infantes
| MaryRuth's | 60 ml

RECOMENDACION

6-12 meses: 2 mg (aprox. 0.5 ml).

1-3 años: 3 mg (aprox. 0.75 ml).

OBJETIVO

Apto para infantes que necesitan un refuerzo en sus defensas naturales, bebés en etapa de dentición o crecimiento acelerado

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Multivitamínico
Liposomal para
Hombre 40+ |
MaryRuth's | 450 ml

RECOMENDACION

15 ml (1 cucharada) al día. Tomar por la mañana con el desayuno.

COMIDA

SUPLEMENTO

Zinc Iónico Orgánico
Líquido | MaryRuth's |
120 ml

RECOMENDACION

5.5 ml (aprox. 1 cucharadita) o según las necesidades individuales. Tomar con alimentos

OBJETIVO

Apto para adultos que buscan fortalecer su sistema inmune, personas con problemas de salud capilar o de la piel, y aquellos que desean optimizar sus niveles de energía y salud hormonal.

COMIDA

SUPLEMENTO

Extracto Líquido de
Cúrcuma Orgánica |
MaryRuth's | 30 ml

RECOMENDACION

Hasta 30 gotas (1 ml) al día. Tomar junto con una comida que contenga grasas (como aguacate, huevo o aceite de oliva).

OBJETIVO

Apto para personas que sufren de molestias articulares, quienes buscan mejorar su salud digestiva, deportistas con alta carga inflamatoria

- 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.