GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahüb

Fecha: 22-06-2025

Elena Garcia Cano

DESAYUNO

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Adrenal Complex, Designs for Health, 120 cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con alimentos. Las glándulas suprarrenales son más activas en la mañana y requieren soporte temprano.

OBJETIVO

Apoyar la función suprarrenal y niveles de energía

SUPLEMENTO

Vitamina D3 5000 IU, NOW, 30 cápsulas blandas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula blanda al día junto con alimentos. La absorción de la vitamina D mejora con grasas saludables en la mañana.

OBJETIVO

Apoyo inmunológico y fortalecimiento óseo.

SUPLEMENTO

Homocysteine Supreme, Designs for Health, 60 cápsulas vegetarianas

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con alimento. Sus vitaminas del grupo B actúan mejor con la digestión activa del mediodía.

OBJETIVO

Apoyar el metabolismo de la homocisteína.

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.