

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 23-01-2026

NOCHE

SUPLEMENTO

Glicinato de Magnesio 200 mg | NOW Foods | Alta Absorción – Relajación – Soporte Nervioso | 180 Tabletas

LUCÍA LOPEZ

RECOMENDACION

2 tabletas al día. Por la noche, de 30 a 60 minutos antes de acostarse.

OBJETIVO

Apto para personas con sensibilidad estomacal (ya que no tiene efecto laxante), personas con altos niveles de estrés, deportistas con tensión muscular o quienes sufren de insomnio y ansiedad.

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.