

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 20-02-2026

AYUNAS

SUPLEMENTO

Rhodiola Rosea Root
| Swanson | 400 mg |
100 Cápsulas

DESAYUNO

SUPLEMENTO

BioActive Complete
B-Complex | Life
Extension | 60
Cápsulas Vegetales

DESAYUNO

SUPLEMENTO

Resveratrol | B-Life |
500 mg (aprox.) | 180
Cápsulas

- 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.

ROCIO SARAHI CHAVEZ GARCIA

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar por la mañana con agua,
aproximadamente 30 minutos antes del desayuno.

OBJETIVO

Resiliencia Mental y Combate a la Fatiga.

RECOMENDACION

2 cápsulas al día. Tomar con el desayuno.

OBJETIVO

Biodisponibilidad y Energía Celular

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar por la mañana con el
desayuno.

OBJETIVO

Activación de las Sirtuinas (Genes de Longevidad).

RECOMENDACION

OBJETIVO