GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 16-07-2025

Daniel Escarcega

DESAYUNO

POST ENTRENAMIENTO

SUPLEMENTO

Hydrotein Naturals,
Proteína de Suero de
Leche con Creatina y
Probióticos de
Advance Labs
Nutrition | Ganancia
de Masa Muscular,
Bienestar Digestivo

RECOMENDACION

Mezclar 1 scoop (35 g) en agua o leche, una vez al día . Proporciona proteína, probióticos y aminoácidos esenciales en momentos clave.

OBJETIVO

Apoyar la nutrición diaria y la regeneración muscular.

SUPLEMENTO

Proteína Hidrolizada de Suero Isolate Whey Protein AMZ Nutrition Recuperación muscular

RECOMENDACION

Mezclar 1 cucharada (33 g) en agua o leche después de entrenar. El cuerpo necesita proteínas rápidamente disponibles luego del ejercicio.

OBJETIVO

Recuperación muscular y aporte de proteína de alta calidad.

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.