

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 23-12-2025

Selenia isolda rios Hernandez

MAÑANA

SUPLEMENTO

Vitamina B3 |
Multigenics Intensive Care Formula |
Metagenics | Energía – Metabolismo – Bienestar Celular | 120 Tabletas

RECOMENDACION

1 tableta al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la producción de energía celular, el metabolismo de nutrientes y el bienestar general mediante vitamina B3 (niacina).

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Omega-3 EPA DHA |
OmegaGenics
EPA-DHA 1000 |
Metagenics | Soporte Cardiovascular – Cognitivo – Bienestar Celular | 60 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejor absorción

OBJETIVO

Favorecer la salud cardiovascular, el bienestar cognitivo y la energía celular mediante ácidos grasos esenciales EPA y DHA.

NOCHE

SUPLEMENTO

Mag Glycinate |
Metagenics |
Magnesio Bisglicinato | Sistema Nervioso – Muscular – Energía Celular | 120 Tabletas

RECOMENDACION

1 tableta al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la función neuromuscular, el descanso y la energía celular mediante magnesio bisglicinato de alta biodisponibilidad.

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.