

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

## PERSONALIZADA



Fecha: 19-11-2025

Federico Pepe

|              |   |   |  |
|--------------|---|---|--|
| POST ENTRENO | <div>SUPLEMENTO</div> <div>ISO100   Dymatize  <br/>Whey Protein Isolate<br/>  2.3kg</div> | <div>RECOMENDACION</div> <div>1 scoop (≈30 g) mezclado en agua, leche o batido<br/>post-entrenamiento</div> | <div>OBJETIVO</div> <div>Favorecer la síntesis proteica, la recuperación muscular<br/>y el rendimiento físico mediante aislado de proteína de<br/>suero hidrolizado.</div> |
|              | <div>SUPLEMENTO</div>   | <div>RECOMENDACION</div>  | <div>OBJETIVO</div>  |
|              | <div>SUPLEMENTO</div>   | <div>RECOMENDACION</div>  | <div>OBJETIVO</div>  |
|              | <div>SUPLEMENTO</div>   | <div>RECOMENDACION</div>  | <div>OBJETIVO</div>  |

• 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.