

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 05-02-2026

**David Israel Ramírez García**

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Turmeric 95 |  
Himalaya | Cúrcuma  
Estandarizada al  
95% | 30 Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día después de una comida. Se recomienda tomar con el desayuno

## OBJETIVO

Proporcionar una dosis terapéutica de Curcuminoides.

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio  
| Briah | 1,000 mg  
por porción | 60  
Cápsulas Blandas

## RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día, preferentemente en la mañana junto con alimentos.

## OBJETIVO

Mantener la Bomba Sodio-Potasio y la salud renal.

## 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.