

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 18-11-2025

Iván Rodríguez

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Projectile 500 mg |  
Natural Health |  
Maca + Shilajit +  
Tribulus | 120  
Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la energía, la vitalidad y el rendimiento masculino mediante una combinación de raíces y extractos tradicionales.

NOCHE

## SUPLEMENTO

Ashwagandha  
500 mg | VitaMX |  
100 Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la respuesta adaptativa al estrés, la calma emocional y el bienestar general mediante extracto concentrado de ashwagandha.

## 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.