

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 27-02-2026

AYUNAS

SUPLEMENTO

NAC (N-Acetyl Cisteína) | NOW Foods | 1000 mg | 120 Tabletas

FERRIS DRAOUIL

RECOMENDACION

1 tableta al día. Tomar con el estómago vacío

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Boron (Advanced Chelate Complex) | Life Extension | 3 mg | 100 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar con una comida, preferiblemente con el almuerzo

NOCHE

SUPLEMENTO

Glycine | Best Naturals | 1000 mg | 180 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula. Tomar antes de dormir (30-60 minutos antes)

OBJETIVO

Relajación Neurológica y Reparación Estructural.

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.