

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 12-02-2026

LUIS FRAUSTO CORREA

NOCHE

SUPLEMENTO

Ashwagandha | NOW Foods | 450 mg | 90 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula con la cena

OBJETIVO

Su función principal es ayudar al cuerpo a adaptarse a los factores estresantes, normalizando los niveles de cortisol (la hormona del estrés) y protegiendo al sistema nervioso del desgaste oxidativo.

SUPLEMENTO

RECOMENDACION

OBJETIVO

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.