

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 11-12-2025

Sandra Priante Elizondo

MAÑANA

SUPLEMENTO

Sinetrol® Belly Burner | Irwin Naturals | 60 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

2 gomitas al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer el metabolismo energético y la reducción de grasa abdominal mediante extractos cítricos patentados y nutrientes antioxidantes.

MAÑANA

SUPLEMENTO

Airborne® | Suplemento Efervescente de Apoyo Inmunológico | Vitamina C + 13 Nutrientes | Sabor Naranja | 10 Tabletas

RECOMENDACION

1 tableta al día, disuelta en agua ($\approx 240 \text{ mL}$)

MAÑANA

SUPLEMENTO

Gelicart® ACTION | Sanofi | Colágeno Hidrolizado | Fórmula Alemana con Respaldo Científico | 30 Sobres de 20 g

RECOMENDACION

1 sobre al día, disuelto en agua u otra bebida

OBJETIVO

Favorecer el bienestar estructural y nutricional mediante proteína hidrolizada en polvo, con respaldo científico y fórmula alemana.

MAÑANA

SUPLEMENTO

MacuHealth+ | Suplemento Ocular Avanzado | Triple Carotenoide + Zinc | 360 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

4 cápsulas al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer el bienestar ocular y celular mediante una fórmula con carotenoides clave, vitaminas antioxidantes y minerales esenciales.

- 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.

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 11-12-2025

Sandra Priante Elizondo

MAÑANA

SUPLEMENTO

MAGIMAG | FSXLab |
Sabor Fresa-Limón |
Endulzado con Stevia |
250 g | 28 Porciones

RECOMENDACION

1 medida al día, disuelta en agua u otra bebida

OBJETIVO

Ofrecer una alternativa en polvo con sabor fresa-limón, endulzada naturalmente con stevia, para complementar rutinas de hidratación y bienestar diario.

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Vitamina D3 5000 IU
(125 mcg) | Nature
Made | Extra Strength |
360 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

Tomar 1 cápsula al día junto con alimentos que contengan grasa saludable.

OBJETIVO

Favorecer la absorción de nutrientes esenciales y el bienestar general mediante vitamina D3 en formato extra strength.

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Liquid Omega-3 |
Nature's Answer |
Deep Sea Fish Oil
EPA/DHA | Sabor
Naranja | 480 mL

RECOMENDACION

1 cucharadita (5 mL) al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer el bienestar cardiovascular y cognitivo mediante aceite de pescado profundo con alto contenido de EPA y DHA, reforzado con antioxidantes naturales.

NOCHE

SUPLEMENTO

Magnesio Complex
Beyond | 710 mg Puro |
Glicinato + Gluconato +
Óxido de Magnesio |
60 y 180 Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

- 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.