

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 29-12-2025

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio 1000 mg por Porción | Briah | Energía Celular – Relajación Muscular – Bienestar Neurometabólico

## RECOMENDACION

2 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la energía celular, la relajación muscular y el bienestar neurometabólico mediante citrato de magnesio de alta biodisponibilidad.

NOCHE

## SUPLEMENTO

Magnesio ULTRA | Citrato + Glicinato + Orotato + Gluconato con Vitamina B6 | Vida Labs | Relajación Muscular – Reducción de Calambres

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la relajación muscular, la reducción de calambres y el equilibrio neuromuscular mediante un complejo de magnesio en diferentes sales combinado con vitamina B6.

## 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.