

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 21-01-2026

Agustin Alcasena Villegas

MAÑANA

SUPLEMENTO

Vitamina C
Ascorbato de Sodio | NOW Foods |
Antioxidante -
Refuerzo Inmune -
Suave con el
Estómago | Polvo
227g

RECOMENDACION

1/2 cucharadita rasa (aprox. 1.9g). Junto con el desayuno o la comida.

OBJETIVO

Fortalecer el sistema inmunológico y la síntesis de colágeno sin causar malestar estomacal

MAÑANA

SUPLEMENTO

Vitamina D3 + K2 |
Flow Supplement |
Salud Ósea -
Soporte Inmune -
Protección
Cardiovascular | 90
Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Con una comida que incluya grasas saludables como aguacate, aceite de oliva o huevo

OBJETIVO

Maximizar la salud estructural y cardiovascular.

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.