

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 21-11-2025

**ALMUERZO**

## SUPLEMENTO

Coenzima Q10 | NOW Foods | 200 mg | 60 Cápsulas Vegetales

**Alejandro Marcos Nava delgado**

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos grasos para mejorar la absorción

## OBJETIVO

Favorecer la producción de energía celular, la salud cardiovascular y la protección antioxidante mediante CoQ10 en dosis alta.

## 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.