GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

PERSONALIZADA



Fecha: 04-08-2025

Jhonatan Martinez

CENA

SUPLEMENTO

Proteína en Polvo
con Vitaminas,
Minerales y
Aminoácidos de
Vitativa - Fórmula
hidrolizada con
hongos
adaptógenos

RECOMENDACION

Mezclar 1 scoop (32 g) en agua fría y tomar junto con la cena. Contiene ashwagandha, cordyceps y schisandra, adaptógenos que regulan el cortisol y favorecen el sueño

OBJETIVO

Apoyar la recuperación muscular, el descanso y el equilibrio hormonal.

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.