

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

## PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 21-11-2025

**OSCAR CARAPIA**

**NOCHE**

### SUPLEMENTO

Ashwagandha  
Optimizada | Life  
Extension | 125 mg |  
60 Cápsulas  
Vegetarianas

### RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

### OBJETIVO

Favorecer la regulación del cortisol, la calma emocional y el descanso mediante extracto optimizado de ashwagandha.

### 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.