

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN

## PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 05-01-2026

**Ernesto Perez**

**POST ENTRENTO**

### SUPLEMENTO

ISO100 | Dymatize |  
Whey Protein Aislado  
– Recuperación  
Muscular – Energía  
Deportiva | 2.3kg

### RECOMENDACION

1 medida (30 g) mezclada en agua o leche, después del entrenamiento o como complemento proteico diario

### OBJETIVO

Favorecer la recuperación muscular y el rendimiento deportivo mediante proteína de suero aislada de alta pureza y rápida absorción.

### 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.