

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

Fecha: 13-02-2026

Caleb Huerta

AYUNAS

## SUPLEMENTO

Shilajit de los  
Himalayas | Tibet  
Natura | 500 mg | 60  
Cápsulas Vegetales

## RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar por la mañana,  
preferiblemente en ayunas

MAÑANA

## SUPLEMENTO

Maca Negra  
Orgánica Peruana |  
Beyond Vitamins |  
60 Cápsulas  
Vegetales

## RECOMENDACION

2 cápsulas al día. Tomar por la mañana con el desayuno.

## OBJETIVO

Apto para estudiantes, profesionales con alta carga de trabajo, deportistas que buscan mejorar su resistencia y hombres que desean un apoyo natural para el equilibrio hormonal y la fertilidad.

## 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.