

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 26-12-2025

**Eunice Castañeda**

**POST ENTRENTO**

## SUPLEMENTO

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

## RECOMENDACION

1 medida ( $\approx$ 30 g) mezclada en agua o leche,  
post-entrenamiento o entre comidas

## OBJETIVO

Favorecer la recuperación muscular, el crecimiento magro y la energía diaria mediante proteína aislada de suero de alta pureza.

## 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.