

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 13-11-2025

Pamela Adan

MAÑANA

SUPLEMENTO

NAC + Selenio +
Molibdeno | NOW
Foods | 100
Tabletas Veganas

RECOMENDACION

1 tableta al día, preferentemente con alimentos

MAÑANA

SUPLEMENTO

Cardo Mariano +
Silimarina +
Cúrcuma | NOW
Foods | 60
Cápsulas
Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

POST ENTRENTO

SUPLEMENTO

Wild Protein | Barras
Altas en Proteína |
15g | Pack de 5 y 16

RECOMENDACION

Consumir como snack post-entrenamiento, entre comidas o en viajes

OBJETIVO

Ofrecer una fuente práctica de proteína de alta calidad, sin azúcares ni grasa añadida, para apoyar la recuperación muscular y mantener energía estable.

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.