

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 11-12-2025

**jose luis martin del campo**

**MAÑANA**

## SUPLEMENTO

Vinagre de Manzana 1000 mg por porción | Natsa | Bienestar Digestivo - Control de Peso | 100 Cápsulas Vegetales

## RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

## OBJETIVO

Favorecer la energía celular y el bienestar general mediante magnesio en forma de citrato, una de las formas más utilizadas por su buena absorción.

**NOCHE**

## SUPLEMENTO

Citrato de Magnesio + Fibra Prebiótica 4g por porción | Entera Pharma | Polvo 360 g | Sabor Limón-Frambuesa | 85 Porciones

## RECOMENDACION

1 medida al día, disuelta en agua u otra bebida

## OBJETIVO

Favorecer el bienestar digestivo y el equilibrio mineral mediante citrato de magnesio combinado con fibra prebiótica en polvo.

## 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.