

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 18-12-2025

Rafael de Jesús Morgan

MAÑANA

SUPLEMENTO

Multivitamínico para Hombres con Creatina, Colágeno y Magnesio 1500 mg por Porción | Flow Supplement | Función Inmune - Función Prostática - Energía y Vitalidad | 90 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la energía, la vitalidad, la función inmune y el bienestar prostático mediante una combinación de vitaminas, minerales, creatina, colágeno y magnesio.

MAÑANA

SUPLEMENTO

Saw Palmetto 540 mg | Swanson | Bienestar Masculino - Equilibrio Hormonal | 100 y 250 Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer el bienestar masculino y el equilibrio hormonal mediante 540 mg de extracto de Saw Palmetto por cápsula.

MAÑANA

SUPLEMENTO

Ácido Caprílico 600 mg + Aceite MCT 1,000 mg | NOW Foods | Bienestar Digestivo - Absorción de Nutrientes | 100 Cápsulas Blandas

RECOMENDACION

1 cápsula al día, preferentemente con alimentos

OBJETIVO

Favorecer la absorción de nutrientes y el bienestar digestivo mediante ácido caprílico y triglicéridos de cadena media (MCT).

COMO SNACK

SUPLEMENTO

Wild Protein | Barras Altas en Proteína 15 g | Pack de 5 y 16 Unidades | Sin Azúcares ni Grasa Añadida

RECOMENDACION

1 barra (\approx 15 g de proteína)

OBJETIVO

Aportar proteína de alta calidad para energía, saciedad y recuperación muscular, en un formato práctico y sin azúcares ni grasa añadida.

- 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.