

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 16-02-2026

Imelda Fierro

DESAYUNO - CENA

COMIDA

SUPLEMENTO

Bone Restore con
Vitamina K2 | Life
Extension | 120
Cápsulas Vegetales

RECOMENDACION

4 cápsulas al día. Se recomienda dividir la dosis: 2 cápsulas con el desayuno y 2 con la cena.

OBJETIVO

Mantenimiento de la Densidad Mineral Ósea (BMD).

SUPLEMENTO

Mega D-3 & MK-7 |
NOW Foods | 5,000
UI / 180 mcg | 60
Cápsulas Veganas

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Tomar con la comida más abundante del día

OBJETIVO

Apto para personas que buscan fortalecer su densidad ósea, mejorar su respuesta inmunológica o prevenir la calcificación de tejidos blandos y arterias.

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.