

# GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

**vitahub**

**Fecha:** 23-02-2026

**ROSA ISELA GUTIERREZ**

**NOCHE**

## SUPLEMENTO

Ashwagandha |  
VitaMX | 500 mg | 100  
Cápsulas

## RECOMENDACION

1 cápsula por la noche.

## OBJETIVO

Modulación del Eje HPA (Hipotálamo-Pituitaria-Adrenal).

## 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.