

GUIA DE SUPLEMENTACIÓN PERSONALIZADA

vitahub

Fecha: 27-01-2026

Ana Paula Vergara

MAÑANA

SUPLEMENTO

Woman Cranberry |
Bioflora | Probióticos
+ Prebióticos | Salud
Urinaria y Digestiva
Femenina

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Por la mañana, 30 minutos antes del desayuno.

OBJETIVO

Crear un escudo protector integral.

MAÑANA

SUPLEMENTO

TyroEnergy | IVB
Wellness Lab |
Optimización
Tiroidea y
Metabólica | 60
Cápsulas

RECOMENDACION

Tomar 2 cápsulas al día con agua,
preferentemente con alimentos. Puede tomarse
en cualquier momento del día. No exceder la
dosis recomendada.

OBJETIVO

Proporcionar los cofactores esenciales para la
síntesis y conversión de las hormonas tiroideas.

ALMUERZO

SUPLEMENTO

ZeroDol | IVB
Wellness Lab |
Palmitoiletanolamida
(PEA) 500 mg | 60
Cápsulas

RECOMENDACION

1 cápsula al día. Junto con una comida que contenga
grasas

OBJETIVO

Apto para personas con dolor crónico, inflamación
articular o muscular persistente, molestias de tipo
neuropático (hormigueos, sensibilidad nerviosa) o
deportistas que buscan optimizar la recuperación

ALMUERZO

SUPLEMENTO

Super Enzymes | NOW
Foods | Complejo
Digestivo Integral | 90
Tabletas

RECOMENDACION

1 tableta al día. Con la comida principal.

OBJETIVO

Apto para personas que sufren de hinchazón
abdominal, gases después de comer, digestiones
lentas o que han pasado por cirugías de vesícula biliar
y tienen dificultad para procesar las grasas.

- 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.