

**FICHA TECNICA DE LUPULO****FIT-EFL-003****DATOS GENERALES****NOMBRE CIENTIFICO:** *Humulus lupulus L.***FAMILIA:** Cannabaceae / Moraceae**PROPIEDADES
TERAPEUTICAS:**Sus propiedades relajantes proporcionan efectos sedantes e hipnótico.¹**DIVERSOS USOS EN LA INDUSTRIA****FARMACEUTICA:** Se utiliza principalmente como sedante (calma y regulariza la actividad nerviosa) y somnífero (induce al sueño al actuar directamente sobre el hipotálamo o por sedación general del organismo) en casos de insomnio, dolores de cabeza, nerviosismo.También se emplea para abrir el apetito y en caso de digestiones difíciles en función de sus virtudes como digestivo (ayuda a la digestión facilitando la actividad del estómago) y aperitivo (encierra principios amargos que estimulan el apetito y preparan la serie de operaciones digestivas).¹**ALIMENTICIA:**

El lúpulo es un ingrediente muy conocido en la industria cervecera por brindar un sabor amargo a la cerveza y brindar estabilidad.

PRECAUCIONES

No se recomienda su uso en mujeres embarazadas y lactantes.

PRESENTACIONESFrasco gotero 30 mL /Botella vidrio ámbar 1 L.; Garrafa plástica / 5 L y 20 L.
Planta Entera, Triturada, Pulverizada, Extracto fluido, Extracto Seco.**ALMACENAMIENTO****Consérvese en un lugar fresco, seco y protegido de la luz.****REFERENCIAS
BIBLIOGRAFICAS**1) Franco, L.; Sánchez, C.; Bravo, R.; Rodriguez, A.; Barriga, C.; Juárez, Javier Cubero (1 de junio de 2012). «The sedative effects of hops (*Humulus lupulus*), a component of beer, on the activity/rest rhythm». *Acta Physiologica Hungarica* 99 (2): 133-139. ISSN 0231-424X. PMID 22849837. doi:10.1556/APhysiol.99.2012.2.6. Consultado el 29 de febrero de 2016.