

FICHA TECNICA DE TUMBAVAQUERO

El Tumbavaquero (*Chlorophora tinctoria*), planta herbácea originaria de México y América Central, alcanza 1-2 m de altura. Sus hojas compuestas y flores amarillas se utilizan en infusiones, extractos y suplementos por propiedades digestivas, antioxidantes, diuréticas y antiinflamatorias.

Mecanismo de acción

- Digestivo: extractos facilitan tránsito intestinal y alivio digestivo leve.
- Diurético: promueve eliminación de líquidos y toxinas por vía renal.
- Antioxidante: flavonoides protegen células frente a radicales libres.
- Anti-inflamatorio leve: reduce irritación digestiva y malestar general.

Usos tradicionales y actuales

- Infusiones y extractos funcionales.
- Suplementos herbales para bienestar digestivo y antioxidante.
- Productos naturales diuréticos y antiinflamatorios suaves.

Beneficios principales

- Favorece digestión y tránsito intestinal.
- Actividad diurética y depurativa.
- Propiedades antioxidantes y antiinflamatorias leves.
- Versátil en infusiones, extractos y suplementos herbales.
- Uso seguro en dosis moderadas.

Advertencias y precauciones

- Evitar consumo excesivo de extractos concentrados.
- Supervisión médica en embarazo y lactancia.

Contraindicaciones

- Hipersensibilidad conocida a *Chlorophora tinctoria* o Moraceae.
- Embarazo y lactancia: uso limitado bajo supervisión.

Evidencia científica

- Estudios en *Chlorophora tinctoria* confirman efectos digestivos, antioxidantes y diuréticos, validando su uso tradicional seguro.

Nota: Este es un documento generado por computadora por lo tanto no requiere firma autógrafa.