

BRÓCOLIS

Nome científico: *Brassica oleracea var. Italica Plenck.*

Sinonímia científica: NA

Nome popular: Brócolis.

Família: Brassicaceae.

Parte Utilizada: Folhas.

Composição Química: ácido fólico, betacaroteno (provitamina A), cálcio, ferro, fibras, flavonóides, taninos, indols, isotiocianatos, proteína, vitamina do complexo B, C, E, zinco.

Formula molecular: N/A

Peso molecular: N/A

CAS: N/A

DCB: N/A

DCI: N/A

O extrato de Brócolis tem uma alta composição de antioxidantes e anticancerígenos. O sulforano, composto no brócolis, é um antioxidante e um estimulador das enzimas desintoxicadoras naturais. Por sua ação antioxidante o extrato de Brócolis auxilia no combate a pressão alta além de proporcionar benefícios ao organismo.

Indicações e Ação Farmacológica

Brocolinol é uma extração a seco de brócolis, vegetal aliado na prevenção e no tratamento de neoplasias. Acredita-se que o consumo de cinco porções diárias desses vegetais possa reduzir em até 20% o risco de diversos tipos de cânceres, além de serem fontes de fibras, vitaminas e minerais. Brocolinol se torna um suplemento

indispensável com ação antineoplásica e também um forte aliado contra o estresse oxidativo. Brocolinol é rico 3 indol carbinol e sulforafano, ambos conhecidos como detoxificantes naturais, anticarcinogênicos e com alto poder antioxidante.

Pode atuar como:

- Antioxidante;
- Fonte de fibra, vitaminas e minerais;
- Auxílio no combate a pressão alta;
- Anticarcinogênico;
- Combate a ação dos radicais livres;
- Complementação alimentar;
- Combate a pressão alta;
- Auxílio na prevenção do desenvolvimento de células cancerígenas.

Dosagem e Modo de usar

- **Extrato seco (parcialmente solúvel):** 250 a 900 mg duas vezes ao dia.

Contraindicações

Não encontrado nas literaturas consultadas.

Referências

KRISTAL, A. R.; LAMPE, J. W. **Brassica vegetables and prostate cancer risk: a review of the epidemiological evidence.** Nutrition and Cancer, v. 42, n. 1, January, 2002, p. 1-9.

STOEWSAND, G. S. **Bioactive organosulfur phytochemicals in Brassica oleracea vegetables – a review.** Food and Chemical Toxicology, v. 33, n. 6, June, 1995, p. 537-543.