

CRUSCA DI GRANO

Nome:

Crusca di Grano

Nome botanico:

Il seme del grano è composto da un endosperma amidaceo circondato da uno strato protettivo di crusca. Il germe è localizzato all'estremità del seme. La crusca e il germe sono separati durante la produzione della farina, isolati meccanicamente e rappresentano un sottoprodotto della molitura dei cereali. La crusca è caratterizzata da una proporzione elevata di fibre indigeribili (cellulosa, lignina). Grazie a questa caratteristica, la crusca assorbe acqua e si rigonfia, aumentando il volume del contenuto intestinale. Quindi, provocando lo stiramento della parete intestinale, stimola la peristalsi e facilita il transito. La crusca, inoltre, diminuisce l'assorbimento di zuccheri, lipidi, colesterolo e sali minerali. La dieta moderna, ricca di cibi raffinati, dovrebbe essere integrata con fibre dietetiche insolubili (Crusca) e anche con fibre dietetiche solubili (Glucomannano, Ispaghul).

Componenti attivi principali:

Attività e impiego:

Posologia:

Si consiglia un'integrazione giornaliera da 5 a 10 grammi di crusca ai pasti.

Qualità prodotto:

Note:

La Crusca, se assunta a grandi dosi e per lungo tempo, può dare irritazione all'apparato intestinale. Essa può inoltre interferire con l'assorbimento di farmaci e delle sostanze nutritive, quali vitamine e sali minerali, e causare ostruzioni intestinali.

DAL SITO: <http://www.plantamedica.it>