

**CRUCÍFERAS. DIM.** Investigaciones, como las realizadas sobre el compuesto dimérico 3,3'-diindolilmetano (DIM) indican que existen buenas razones para aconsejar un estilo de vida basado en un mayor consumo de dietas vegetales tales como el brécol o brócoli, las coles de Bruselas, la col rizada y la coliflor, ricas en compuestos derivados del indol, que pueda ayudar a prevenir la incidencia del cáncer de próstata. Queda por averiguar cuáles son los mecanismos moleculares por los que el DIM ejerce el mismo efecto antiproliferador en dos tipos de cáncer que, curiosamente, son favorecidos por estímulos hormonales antagónicos, como son el cáncer de mama y el cáncer de próstata.