



## Productos naturales de Siremsyr

**E**l Fenovir es un producto natural que entre otras dolencias, ayuda a tratar los problemas de hemorroides y estreñimiento, así como bajar el nivel de azúcar en la sangre. Siremsyr nos ofrece este producto natural, también llamado fenogreco o alholva. Esta empresa pone a su disposición distintos complementos naturales que pueden ser empleados tanto para curar algunas enfermedades como para prevenirlas. Siremsyr nace de la iniciativa del doctor Wafik Al-Wattar, especializado en urología, sexología y andrología, que posee, además, grandes conocimientos sobre medicina natural, pues siempre prioriza en los tratamientos que prescribe a sus pacientes, los productos naturales ante los medicamentos convencionales elaborados a partir de componentes químicos.

---



## Las múltiples ventajas del Fenovir

**B**ajar el nivel de azúcar de las personas que padecen diabetes; aliviar las hemorroides, las afecciones intestinales y los problemas de estreñimiento; tratar las infecciones urinarias; o aumentar la producción de leche materna. Son sólo algunas de las propiedades del Fenovir o Fenogreco, una planta originaria de Oriente Medio y el suroeste asiático, que también tiene

propiedades beneficiosas para curar infecciones en la piel, quemaduras y llagas.

La planta del fenogreco mide entre 20 y 50 centímetros de altura. Sus hojas están compuestas de tres hojuelas y en primavera brota una flor blanca. El fruto es una vaina que contiene entre diez y veinte semillas de forma cuadrada y de color amarillento que se caracterizan por un olor peculiar, no muy agradable. Se

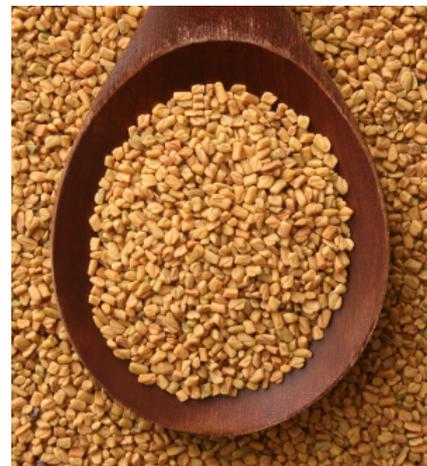
cultiva en terrenos resguardados, calcáreos y ricos en materia orgánica. En España y en otros lugares del sur de Europa se puede encontrar entre los campos de trigo. Son las semillas la parte de la planta que tiene mayor interés medicinal, ya que contienen principios activos que se han demostrado beneficiosos para distintas enfermedades, aunque también sus hojas se utilizan con finalidades terapéuticas.



Planta de fenogreco



Flor blanca del fenogreco



Semillas de fenogreco

## Composición y usos del Fenovir en la medicina

Las semillas de Fenovir contienen alrededor de un 29% de proteínas y sobre un 28% de materiales coloidales, esteroides, terpenoides, flavonas, taninos, saponinas, mucílagos y fósforo. El análisis de la planta ha determinado que posee dos tipos de azúcares, maltosa y galactosa, además de un 5% de aceites. Al estar compuesta por proteínas, almidón y fósforo, los médicos la han comparado con el Omega 3 presente en el hígado de bacalao.

### *El Fenogreco es muy efectivo en el tratamiento contra el estreñimiento y las hemorroides*

Todos estos elementos convierten las semillas de Fenogreco en un fármaco natural muy útil para tratar distintas enfermedades.

**Estreñimiento.** El alto contenido en fibra de las semillas de Fenovir hace que éstas tengan una acción laxante óptima para el tratamiento del estreñimiento derivado de los problemas intestinales.

**Diabetes.** Estudios científicos

han determinado que las semillas del Fenovir ayudan a disminuir el nivel de azúcar en la sangre gracias a su alto contenido en fibra mucílago, alcaloides y aminoácidos. Por eso se recomienda en personas que padecen diabetes.

**Colesterol.** En las investigaciones sobre los efectos de estas semillas para combatir la diabetes también se observó que influyen en el colesterol en la sangre, reduciendo los niveles del colesterol malo y manteniendo el bueno. Esto se debe a que las semillas de Fenogreco son ricas en elementos antioxidantes, vasodilatadores y antiinflamatorios.

**Anorexia.** Esta planta ha sido muy valorada en el tratamiento de la anorexia, ya que tienen un efecto anabólico que aumenta la sensación de apetito, mejora la salud mental y favorece el ciclo del sueño. Todo ello puede contribuir a ganar masa corporal. También es recomendado para aquellas personas que sin sufrir este trastorno alimentario, hayan perdido temporalmente el apetito, como por ejemplo los niños con dificultades para

comer.

## El Fenogreco en las antiguas civilizaciones

Ya en el 1.500 antes de Cristo aparece documentado el uso de las semillas de Fenogreco en el papiro Ebers, un escrito egipcio que recoge los beneficios de esta planta para tratar quemaduras. También se usaba en la época faraónica para inducir al parto. Además se han encontrado restos de este producto en tumbas egipcias, ya que era una de las plantas utilizadas en los procesos de embalsamado se cree que por su aroma. Esto demuestra que a pesar de ser originaria de Oriente Medio y el Sureste Asiático, la planta se extendió por la cuenca Mediterránea.

No sólo la cultura egipcia se percató de los beneficios del Fenogreco, también los griegos la incorporaron en su medicina. En el siglo V antes de Cristo el médico griego Hipócrates lo consideraba como un gran paliativo y destacaba las propiedades curativas, mientras que en el siglo I Dioscórides lo describía como perfecto para todos los problemas de la mujer

relacionados con el útero o la inflamación vaginal.

A lo largo de los siglos los médicos han prescrito el Fenogreco para tratar el estreñimiento, suavizar la garganta, el pecho, el abdomen y para aliviar la tos, la indigestión, el asma, los intestinos y las hemorroides. También se usaba como embellecedor del cabello y para eliminar las pecas de la cara. Circulaba un dicho en la antigüedad que sentenciaba que “si la gente fuera consciente de todos los beneficios del Fenogreco, lo comprarían como si

.....  
***Los antiguos egipcios usaban fenogreco para inducir al parto y los griegos para problemas femeninos***  
.....

de oro se tratará”. Una afirmación que sigue teniendo la máxima actualidad, como aseguró el investigador inglés Cleaver Lu, que dijo que “si pusiésemos todos los medicamentos en una balanza y el Fenogreco en la otra balanza, pesaría más la del Fenogreco”.

Esta planta también es conocida con el nombre de alholva por su origen etimológico en árabe, al-holba, que a su vez procede de la palabra halba. Mientras que la palabra fenogreco deriva de la denominación griega, foenum graecum, que ha dado el término científico a la planta y que significa heno griego; se le dio este nombre porque se cultivaba en los países de la Mediterránea, especialmente en Grecia.

## **Recetas con Fenogreco**

El tratamiento con Fenogreco

puede realizarse de distintas formas y una u otra estará indicada dependiendo de la dolencia a sanar. Así, se pueden dejar secar las semillas, molerlas y posteriormente hervirlas, o bien pueden hervirse las semillas en el agua sin moler. Otro de los formatos consiste en dejar las semillas en remojo durante dos o tres horas, y después comer las semillas y beber el agua.

Una de las dolencias contra la que el Fenogreco es muy efectivo es el estreñimiento provocado, a menudo, por una mala digestión. Es que esta planta tiene propiedades laxantes. En este caso, la mejor forma de tratar el estreñimiento es hirviendo unas cuantas semillas y dejarlas enfriar. Posteriormente se bebe el agua y se comen las semillas. Su sabor puede resultar amargo, por eso puede disimularse con azúcar o miel, aunque es más recomendable no añadirle nada. Debe repetirse esta operación dos veces al día, por la mañana y por la noche.

Uno de los problemas asociados al estreñimiento son las hemorroides. En este caso se recomienda beber una infusión caliente del agua de haber hervido las semillas de Fenogreco. Esta infusión también tiene efectos que ayudan a expulsar los gases y no retenerlos en el estómago; asimismo la infusión es muy recomendable para aliviar la infección de vejiga que provoca dolor abdominal, dificultad para orinar, picores y molestias e incluso sangrado en los casos más graves. La infusión de Fenogreco con miel ayuda a las digestiones



## **Composición**

- Proteínas
- Materiales coloidales
- Esteroides
- Terpenoides
- Flavonas
- Taninos
- Saponinas
- Mucílagos
- Fósforo
- Maltosa
- Galactosa
- Aceites

pesadas y combate la acidez de estómago.

La infusión de Fenogreco también ayuda a paliar las afecciones pectorales y respiratorias como la tos, ronquera, asma, la neumonía o la disnea respiratoria, tomándola en ayunas 2 o 3 veces al día, y también ayuda a mejorar el dolor de garganta. Por su propiedad expectorante también elimina la mucosidad, pero en este caso deben secar las semillas al fuego, vigilando que no se quemen y luego se muelen hasta obtener un polvo fino como la harina. Tomando una cucharadita por la mañana en ayunas, y esperar una hora aproximadamente antes de ingerir cualquier alimento, favorecerá la expulsión de mocos.

Las semillas de Fenogreco también son grandes aliadas para combatir la diabetes, pues ayudan a rebajar los niveles de azúcar en la sangre. Para ello hay que añadir las semillas en agua, en este caso sin hervir, dejarlas reposar unas 3 horas y beber el agua fría y comer las semillas crudas. Como el objetivo es rebajar el azúcar es muy importante no añadirle ningún edulcorante. Los pacientes que se inyectan insulina deben consultar antes con el especialista y someterse a unos análisis clínicos de azúcar y colesterol.

El Fenogreco contiene saponina, una substancia parecida a los estrógenos, las hormonas sexuales femeninas. Por eso ayuda a mejorar los problemas de sequedad vaginal, especialmente durante la menopausia y aliviar los dolores de las menstruaciones dolorosas. Para ello debe tomarse tres veces al día una infusión de semillas de Fenogreco con miel.

Otra de las propiedades

de la Alholva es aumentar la producción de leche materna en mujeres que carecen de ella. En este caso se debe consumir el Fenogreco hervido con mantequilla, un poco de azúcar y polvo de sésamo y beber en caliente.

Esta planta es utilizada también para combatir la falta de apetito y es un fármaco natural muy valorado para tratar la anorexia. Para ello debe añadirse polvo de las semillas de Fenogreco molido a los alimentos.

Estas recetas se pueden hacer con las semillas de la Alholva, pero también puede administrarse mediante cápsulas que cumplen con las mismas funciones medicinales. Es conveniente tomar la dosis indicada, entre 2 y 4 cápsulas al día antes de las comidas. Tiene algunas contraindicaciones en caso de mujeres embarazadas, diabéticos dependientes de la insulina o personas que toman medicación para la coagulación



### Remedio contra

- Las hemorroides
- El estreñimiento
- Problemas intestinales
- Diabetes
- Colesterol
- Falta de leche materna
- Anorexia
- Infecciones de la piel
- Quemaduras
- Afecciones de garganta y bronquiales

u hormonas. Tampoco debe administrarse a niños menores de dos años.