



Siremsyr, compromiso con la salud

Siremsyr es una empresa de productos naturales, creada por el doctor Wafik Al-Wattar, especialista en plantas medicinales. Además, este doctor de origen sirio se dedica a la urología, sexología y andrología, y es pionero tanto en el tratamiento de las hemorroides como en el de la fertilidad. El aceite de comino negro es uno de los productos que ofrece Siremsyr. Entre otros muchos beneficios, el aceite de comino negro refuerza el sistema inmunológico por su alto contenido en aminoácidos, y eso hace que sea muy adecuado para prevenir enfermedades.

Comino negro, reforzante del sistema inmunológico

El aceite de comino negro se obtiene de la planta *Nigella Sativa*, concretamente se extrae por presión en frío de las semillas de su flor. Originaria de Siria, esta planta también se cultivó en los países de la Mediterránea ya que las condiciones climáticas son propicias para su crecimiento. También denominada Ajenuz, la *Nigella Sativa* ha sido utilizada en distintas civilizaciones a lo largo de la historia con finalidades medicinales y cosméticas, así como alimentarias, ya que fue usada como condimento sustituto de la pimienta.

La medicina actual también se ha interesado por esta planta, y distintos investigadores han realizado estudios que han probado que contiene más de cien componentes beneficiosos para la salud. Rica en aceites y aminoácidos, es un gran estimulante del sistema inmunológico. Es por eso que se le atribuye un gran valor como fármaco preventivo natural, ya que refuerza las defensas del organismo contra



Flor de la planta *Nigella Sativa*

multitud de agentes patógenos, como bacterias, virus, hongos o parásitos. Sus cualidades para prevenir y sanar muchísimas enfermedades han hecho que se la conozca como la semilla bendita, reforzando esta idea un antiguo proverbio árabe que dice que la *Nigella Sativa* “contiene el remedio para todas las enfermedades salvo la muerte”.

Composición y usos medicinales

Autores griegos y árabes recomendaron la semilla de

comino negro para combatir dolores de cabeza, como reconstituyente, para sanar los dolores del vientre y otros muchos males. Pero no fue hasta el año

*Al ser rico en aminoácidos,
el aceite de comino
negro refuerza el sistema
inmunológico*

1959 que se conoció uno de sus principios activos, la Nigelona, descubierta por el investigador egipcio Doctor El Dakhary y su equipo; unos años más tarde, en



Semillas de Nigella Sativa

1985 se descubrió que la Nigella Sativa tenía también un alto contenido en Timoquinoa, un poderoso antioxidante, así como ácido oleico, palmítico, minerales y más de cien productos activos que contribuían a evitar la degeneración celular. De este modo se certificaba de manera empírica lo que los antiguos médicos griegos y árabes venían afirmando en sus compendios de medicina, pudiendo explicar qué elementos eran positivos para cada dolencia.

Su alto porcentaje en aminoácidos no saturados (hasta un 81%, sobretodo omega 3 y omega 6) hacen del aceite de comino negro un aliado para favorecer el desarrollo del cuerpo, tersar y suavizar la piel, revitalizar los espermatozoides, aumentar la potencia sexual, ayudar a la creación de neuronas, prolongar el tiempo de coagulación de la sangre, aumentar la eficacia de la

fibrina (una sustancia producida por la coagulación) y disminuir el colesterol favoreciendo su eliminación.

A su vez, estos aminoácidos junto con las enzimas son esenciales para la producción

.....
El aceite de comino negro disminuye el colesterol, previene alergias y ayuda a la creación de neuronas
.....

de Prostaglandina (PGE 1 y PGE2) que ayuda a controlar las infecciones generales, también contribuye a prevenir y reducir las alergias así como activar la función de los linfocitos T y B, que son las células más importantes del sistema inmunitario. Además, tiene un efecto broncodilatador óptimo para combatir las enfermedades pulmonares como la bronquitis, el asma u otros problemas respiratorios.

Asimismo, el comino negro

también se utiliza para dolencias externas de la piel, como la sequedad, la psoriasis eczemas o grietas. Es también aconsejable para el mantenimiento bucal pues alivia el dolor dental y cura pequeñas heridas en la boca. Su acción antiinflamatoria la hace también excelente para los dolores en las articulaciones.

No sólo ha sido utilizado en medicina; el aceite de comino negro es también muypreciado en cosmética, ya que los aminoácidos también le confieren un gran poder para dar elasticidad y nutrición natural a la piel. Además refuerza uñas y cabellos.

Estudios científicos

Si bien unos científicos han centrado sus esfuerzos en describir los componentes de la Nigella Sativa, otros han testado el producto sobre pacientes para corroborar sus efectos.

Así, el doctor sirio residente en Barcelona, Wafik Al-Wattar, ha tratado con aceite de comino negro a 1.500 pacientes con problemas de próstata (PSA elevados) y marcadores tumorales altos. Después de hacer un seguimiento de los resultados del tratamiento durante 5 años, el estudio concluyó que se redujeron los marcadores tumorales en estas personas.

Este es sólo uno de los estudios que se han realizado sobre esta planta, pero desde el año 1959 se han registrado alrededor de doscientos en distintas universidades y laboratorios. Otro trabajo llevado a cabo por el

Se ha demostrado que el comino negro reduce los marcadores tumorales en los pacientes con cáncer de próstata.

doctor Ahmed al Qadi, un médico egipcio afincado en los Estados Unidos, testó en pacientes con insuficiencia inmunitaria y demostró que incrementa los anticuerpos y refuerza el sistema inmunológico. Al Qadi también probó que la Nigella Sativa es un remedio para prevenir y tratar el cáncer sin los efectos adversos de la quimioterapia, ya que contribuye a incrementar el promedio de células de la médula ósea hasta un 250%, mientras que es inhibidor de los tumores cancerosos hasta un 50%. La Unión de Asociaciones Americanas de Ciencias Biológicas Experimentales avaló las tesis del doctor Al Qadi sobre el uso de comino negro contra el



Receta con semillas de comino negro

cáncer.

El comino negro en las antiguas civilizaciones

Las propiedades del comino negro eran conocidas por las antiguas civilizaciones griega y egipcia. Su uso, por lo tanto, se documenta desde hace más de 2.500 años. Así lo confirman evidencias recogidas en documentos históricos sobre medicina. Los médicos egipcios lo recomendaban como digestivo, para aliviar el dolor de cabeza, las inflamaciones o el dolor de muelas, entre otros. Por ello se la ha denominado la semilla de los faraones. Además era utilizado como cosmético, y la reina Nefertiti o Cleopatra lo tenían como uno de sus productos de estética. Se encontraron también restos de aceite de comino negro en tumbas reales egipcias, entre ellas la de Tutankamon.

Dioscórides, médico, farmacólogo y botánico de la antigua Grecia habla del comino negro en su obra De materia medica, un libro que recoge hasta 600 plantas medicinales y que tuvo gran difusión en la Edad

Media. Atribuyó a la Nigella Sativa propiedades contra el dolor de cabeza y de dientes, la congestión nasal y también para expeler parásitos intestinales.

El aceite de comino negro también fue un fármaco y cosmético relevante en la Península Ibérica durante Al-Andalus. La mayoría de los médicos andalusíes citan la semilla en sus obras. Es el caso de Abdul-Malik Ibn Habib, que en su Compendio de Medicina lo recomienda para el vientre, el

Antiguas civilizaciones ya usaban el aceite de comino negro para curar distintos males como el dolor de cabeza o el resfriado.

resfriado o la mucosidad. Otro médico andalusí, Ibn Al-Qaim Al-Yauziza dice en su Medicina Profética que es beneficioso contra la fiebre, las mucosidades y la congestión nasal.

A pesar de la distancia física y temporal entre Dioscórides y los médicos andalusíes, se hallan similitudes en sus planteamientos sobre los beneficios que le

atribuyeron al aceite de comino negro y que muchos años más tarde, investigadores y médicos contemporáneos corroboraron en los laboratorios.

Recetas con aceite de comino negro

El aceite de comino negro en formato líquido puede utilizarse para distintos remedios caseros, y puede administrarse de una u otra forma dependiendo de la dolencia a tratar.

Por ejemplo, una cucharada en un vaso de leche caliente

endulzado con miel ayuda a la acidez. Mientras que si lo que se desea es tratar enfermedades del colon, es mejor tomarlo con un zumo de pera.

Para resfriados es bueno hervir unas rodajas de limón con miel y después añadirle aceite de ajenuz. En cambio, para combatir las lombrices intestinales puede prepararse una mezcla de semillas de comino negro molidas con tres dientes de ajo machacados, añadirle una cucharada de aceite de oliva virgen, otra de aceite de comino negro y diez pepitas

de calabaza sin la cáscara. Para combatir la apatía se recomienda beber un zumo de naranja con miel pura de abeja y añadirle unas gotas de aceite de comino negro.

Una manera fácil de tomar el aceite de comino negro es con las perlas Siremsyr. Al ser un producto cien por cien natural, no se le conoce ningún efecto adverso siempre que se tome en la dosis indicada, que en el caso del formato en perlas es de dos o tres comprimidos al día con las comidas.