

PARA DIVULGAÇÃO IMEDIATA

Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular, 1 de junho de 2023

Cominho preto mais vitamina D equivale a uma combinação antiviral de ponta A notável versatilidade clínica de Nigella sativa

por Max Langen

OMNS (1 de junho de 2023) Nigella sativa, também chamada de cominho preto, é uma das plantas medicinais mais importantes. Suas sementes (às vezes chamadas de "sementes pretas") são usadas há milhares de anos como tempero e condimento e em vários sistemas de medicina tradicional para tratar uma ampla gama de doenças. Esta planta é descrita e reconhecida na literatura médica e religiosa antiga. A Bíblia menciona a Nigella sativa como "Semente preta curativa" e também é conhecida como medicina profética, pois o Profeta Muhammad, o fundador do Islã, referiu-se a ela como "cura para todas as doenças, exceto a morte". Foi mencionado na medicina tradicional chinesa e indiana e também foi descrito na medicina tradicional árabe e islâmica. [\[1-3\]](#)

O conteúdo bioquímico das sementes de nigella sativa inclui óleos (30-40%), óleos essenciais, incluindo timoquinona, nigelidina e PUFAs, e muitas outras proteínas (~25%), minerais, ácidos graxos, alcalóides, esteróis (alfa-hederina), compostos fenólicos, flavonoides e saponinas. Estudos clínicos recentes mostraram que as sementes de nigella sativa e seus compostos principais, incluindo timoquinona, têm fortes propriedades imunomoduladoras, anti-inflamatórias, antioxidantes, antivirais, antibacterianas, antimaláricas, antifúngicas, anti-histamínicas, anticancerígenas, antidiabéticas, antiepilépticas, antiasmáticas, efeitos antialérgicos, antitussígenos, anticoagulantes, analgésicos, cardioprotetores, hepatoprotetores, gastroprotetores, neuroprotetores, entre outros. [\[1-3\]](#)

A Nigella sativa demonstrou em vários estudos ser altamente eficaz na prevenção e tratamento do Covid-19, reduzindo maciçamente os desfechos graves e a mortalidade. Muitos ainda poderiam estar vivos se essa terapia não tivesse sido amplamente ignorada. Além disso, a combinação de nigella sativa e vitamina D demonstrou ser notavelmente eficaz na eliminação de uma infecção viral.

Antes de examinar mais de perto os resultados impressionantes dos estudos sobre o Covid-19, aqui estão pequenos resumos do que estudos clínicos recentes mostraram sobre os efeitos curativos da nigella sativa para outras condições, incluindo outras doenças infecciosas. Em abril de 2023, havia mais de 1.900 publicações científicas sobre a nigella sativa. Mais de 90 ensaios clínicos randomizados (RCTs) e meta-análises de RCTs foram publicados até o momento, que testaram a eficácia da nigella sativa para várias doenças e resultados de saúde, com a grande maioria deles mostrando benefícios claros. Esta evidência sugere que a nigella sativa pode ser usada como um tratamento eficaz (adjuvante) para melhorar muitas condições. RCTs, muitas vezes controlados por placebo, ou meta-análises de RCTs mostraram que nigella sativa,

- **reduzir a hipertensão**, diminuindo a pressão arterial sistólica e diastólica. [\[4\]](#)
- **ajudam a alcançar e manter um peso saudável** em indivíduos com sobrepeso, ajudando a reduzir moderadamente o peso e o índice de massa corporal. [\[5\]](#)

- **tratar a síndrome metabólica** , reduzindo o índice de massa corporal, a circunferência da cintura e o percentual de gordura corporal, os níveis de glicose e lipídios em jejum. A combinação de nigella sativa + açafão foi ainda mais eficaz. [6]
- **melhorar o estado da glicose** em pacientes com diabetes tipo 2, diminuindo os níveis de glicose plasmática em jejum, glicose pós-prandial e glicose a longo prazo (HbA1c). [7] Em pacientes com pré-diabetes, reduz os parâmetros glicêmicos e antropométricos com a mesma eficácia que o medicamento metformina. [8]
- **diminuir os níveis de lipídios no sangue** , incluindo colesterol total, colesterol de densidade muito baixa, colesterol LDL e triglicerídeos para indivíduos com níveis excessivos. [9]
- **tratar a doença hepática gordurosa não alcoólica** , melhorando os graus de esteatose hepática, lesão e fígado gorduroso. Vários parâmetros hepáticos e de colesterol melhoraram. [10,11]
- **aumentar a capacidade antioxidante total** e reduzir o estresse oxidativo. [12]
- **reduz processos inflamatórios** (principalmente PCR-us e TNF-alfa), sugerindo que diminui a inflamação crônica. [12] É importante observar que os processos inflamatórios crônicos de baixo grau são causas importantes da maioria das doenças e condições, incluindo o câncer.
- **melhorar a saúde cardiovascular** e, portanto, reduzir o risco de doenças cardiovasculares através de muitos mecanismos diferentes (incluindo redução da hipertensão, colesterol e peso corporal, regulação da glicose, redução da inflamação silenciosa e estresse oxidativo, etc.) Em pacientes com risco aumentado de doença cardiovascular, é também melhorou a dilatação mediada pelo fluxo, o nível de óxido nítrico e reduziu a pressão arterial média e a frequência cardíaca, [13,14] sugerindo que pode estabilizar bastante a saúde do sistema cardiovascular.
- **melhorar os parâmetros renais** , sugerindo que pode ajudar a manter ou aumentar a saúde dos rins. [9] Em pacientes com doença renal crônica (avançada) (estágio 3 ou 4) devido a nefropatia diabética, reduziu a glicemia e melhorou os parâmetros renais incl. creatinina sérica e taxa de filtração glomerular etc. sugerindo que pode interromper a progressão da doença renal ou até mesmo ajudar a revertê-la. [15] Um estudo adicional confirmou que os pacientes com doença renal avançada melhoram muito com a nigella sativa. A adição de nigella sativa ao protocolo de tratamento causou uma "melhora acentuada" nas características clínicas e nos parâmetros renais. [16]
- **dissolver cálculos renais.** No grupo nigella sativa, 44% dos pacientes excretaram seus cálculos renais completamente, e em outros 52% o tamanho dos cálculos foi reduzido. No grupo placebo, apenas 15% excretaram seus cálculos, 12% tiveram uma redução no tamanho dos cálculos e 15% até tiveram um aumento no tamanho dos cálculos. [17] Isso sugere que a nigella sativa também pode prevenir a formação de cálculos renais.
- **melhorar a tireoidite de Hashimoto** , que é uma das doenças autoimunes mais comuns. TSH, anticorpos contra a tireoide e fator de crescimento endotelial vascular diminuíram, enquanto o nível do hormônio tireoidiano T3 aumentou, sugerindo que ajuda a reverter a doença, fortalece a saúde da tireoide e também pode ser um tratamento eficaz para doenças autoimunes em geral. [18] Como será mostrado abaixo, a nigella sativa já demonstrou ser eficaz para várias condições autoimunes: artrite reumatóide, colite ulcerativa, psoríase, vitiligo e asma.
- **diminuir a gravidade da artrite reumatóide.** Articulações inchadas e rigidez matinal também foram reduzidas. [19]
- **reduzir a frequência das fezes** em pacientes com colite ulcerativa. [20]
- **melhorar a psoríase.** A administração oral e em gel de nigella sativa foi eficaz na maioria dos pacientes e levou a melhorias após várias semanas de tratamento. No entanto, a

combinação de administração oral e gel levou aos melhores resultados. 55% dos pacientes com psoríase que receberam essa combinação obtiveram uma boa resposta. Além disso, 30% tiveram uma resposta excelente ou alcançaram uma cura completa. É importante observar que, se o tratamento foi interrompido, a condição voltou em alguns pacientes, indicando que pode ser útil para esses pacientes continuar o tratamento. [\[21\]](#)

- **tratar o vitiligo** (pigmentação irregular da pele). Nigella sativa (como uma aplicação de gel) foi mais eficaz do que o óleo de peixe na redução do índice de pontuação da área de vitiligo. [\[22\]](#)
- **tratar o eczema das mãos**. Nigella sativa (como aplicação de gel) foi tão eficaz quanto a droga betametasona, reduzindo a gravidade do eczema nas mãos e aumentando a qualidade de vida dos pacientes afetados. [\[23\]](#)
- **tratar a dermatite**. Nigella sativa reduziu os sintomas e sinais de dermatite de contato ocupacional, como lesões eczematosas. Em muitos pacientes, a dermatite melhorou ou desapareceu completamente. Digno de nota, as cápsulas orais foram mais eficazes do que a administração tópica. [\[24\]](#)
- **tratar a acne vulgaris** (como aplicação de gel). Após 2 meses, o índice de incapacidade da acne diminuiu 64% no grupo Nigella sativa, em comparação com 5% no grupo placebo. [\[25\]](#)
- **reduzir os sintomas da asma** (falta de ar, despertar noturno, interferência na atividade), reduzir o tratamento de resgate e o uso de inaladores, avaliar o controle da asma e melhorar a função pulmonar medida como volume expiratório forçado em 1 segundo (VEF1). [\[26\]](#)
- **tratar a função pulmonar prejudicada** em vítimas de guerra química. Nigella sativa (como extrato fervido) melhorou a função pulmonar, chiado no peito e todos os outros sintomas respiratórios. A necessidade de uso de inaladores e medicamentos diminuiu, sugerindo que pode substituir, pelo menos parcialmente, os medicamentos. [\[27\]](#)
- **tratar condições alérgicas**, incluindo rinite alérgica, reduzindo o corrimento nasal, congestão nasal, ataques de espirros, prurido nasal, hipertrofia de cornetos, etc. em pacientes afetados. [\[28,29\]](#)
- **reduzir os sintomas e a dor da osteoartrite do joelho**. [\[30\]](#) Nigella sativa (como aplicação de gel/óleo) foi mais eficaz no alívio da dor (redução de 51%) do que o analgésico comum farmacêutico diclofenaco (redução de 14%). [\[31\]](#)
- **melhorar os sintomas de mulheres na menopausa** (em combinação com outro medicamento à base de plantas: Vitex agnus-castus). Sintomas psicossociais, físicos e vasomotores (ondas de calor) diminuiram. [\[33\]](#)
- **tratar a síndrome dos ovários policísticos**. Foi eficaz no tratamento de irregularidades menstruais em mulheres com SOP. [\[34\]](#)
- **estabilizar/aumentar o humor**, a calma e a cognição, e diminuir a ansiedade. [\[35\]](#)
- **tratar o transtorno depressivo maior**. No grupo de intervenção que recebeu o antidepressivo sertralina + cápsulas de Nigella sativa, os escores de depressão diminuiram mais do que no grupo controle que recebeu apenas sertralina + placebo. [\[36\]](#)
- **aumentar a atenção e a memória**, sugerindo que pode ajudar a prevenir o declínio cognitivo e a demência. [\[37\]](#)
- **tratar epilepsia** em pacientes resistentes a drogas antiepilépticas convencionais. A administração do extrato aquoso de Nigella sativa ou altas doses de timoquinona (um de seus principais ingredientes ativos) reduziu a frequência de crises epiléticas. [\[38,39\]](#)
- **melhorar a secura nasal**, obstrução e crostas (como aplicação intranasal) em pessoas idosas que sofrem de sintomas da mucosa nasal. [\[40\]](#)
- **melhorar a fibrose submucosa oral**. A sensação de queimação diminuiu em 80% após a aplicação contínua de nigella sativa. A abertura da boca também foi reduzida. [\[41\]](#)

- **tratar osteíte alveolar/alveolite** (inflamação dolorosa após extração dentária). Nigella sativa (como óleo e pó) foi um material de curativo mais eficaz do que um curativo comercial comumente usado. Aqueles que receberam esse tratamento tiveram alívio imediato e completo da dor e precisaram de menos visitas repetidas. [\[42\]](#)
- **melhorar a recuperação de úlceras da cavidade oral** ou úlceras traumáticas. [\[43\]](#)
- **tratar a gengivite**. O óleo de Nigella sativa reduziu a pontuação do índice gengival, inflamação e bactérias patogênicas (estreptococos). Ao diminuir a formação de biofilme e interromper a colonização dessas bactérias, pode ajudar a reduzir a progressão das doenças periodontais. Foi tão eficaz quanto a clorexidina, sugerindo que a nigella sativa poderia ser uma alternativa aos enxaguatórios bucais químicos. [\[44\]](#)
- **tratar a insônia**. Nigella sativa restaurou o sono reparador em pacientes com problemas de sono. [\[45\]](#)
- **melhorar a síndrome do intestino irritável** após algumas semanas de ingestão contínua. A gravidade dos sintomas da doença, a distensão abdominal e o impacto da condição na vida diária diminuíram e a defecação melhorou. [\[46\]](#)
- **reduzir a incontinência urinária** (em mulheres mais velhas). [\[47\]](#)
- **melhorar a qualidade do sêmen** (contagem de esperma, motilidade, morfologia, volume, etc.) em homens inférteis, sugerindo que pode ajudar a reverter a infertilidade e aumentar as taxas de gravidez. [\[48\]](#)
- **tratar a infertilidade feminina** melhorando os parâmetros reprodutivos, incluindo o número de folículos ovarianos e reduzindo o estresse oxidativo e, portanto, pode ajudar a reverter a infertilidade feminina e aumentar as taxas de gravidez. [\[49\]](#)
- **aumentar o volume de leite materno** em mães que amamentam. [\[50\]](#)
- **tratar rinosinusite (crônica)**. Nigella sativa (como gotas nasais) reduziu a congestão, dor, dormência, pressão, plenitude e mau hálito em pacientes com rinosinusite crônica. [\[51\]](#)
- **tratar envenenamento por arsênico** em pacientes com ceratose arsênica palmar. Nigella sativa reduziu a carga de arsênico do corpo, o que levou a uma melhora da ceratose arsênica. Portanto, também pode apoiar a desintoxicação de outros metais tóxicos. [\[52\]](#)
- **melhorar a saúde imunológica**. Nigella sativa (1 g de óleo de semente por dia) tem efeito imunopotenciador, aumentando a contagem total de linfócitos, células CD3+ e CD4+, sugerindo que reduz o risco de doenças infecciosas. [\[53\]](#)
- **prevenir os efeitos colaterais das terapias tóxicas contra o câncer**: Nigella sativa (como uma aplicação de gel) reduziu a incidência e a gravidade da flebite (inflamação das veias), uma complicação comum da quimioterapia intravenosa. [\[54\]](#) Como enxaguante bucal, diminuiu a gravidade da mucosite oral induzida por quimioterapia. Eritema, ulceração e dor foram reduzidos. Portanto, permitiu que esses pacientes consumissem alimentos normais. [\[55\]](#) Nigella sativa (como uma aplicação de gel) reduziu o risco de desenvolver dermatite aguda por radiação em pacientes com câncer de mama tratados com radioterapia. [\[56\]](#) A Nigella sativa também reduziu o risco de desenvolver neutropenia febril (NF), uma complicação perigosa da quimioterapia. A quimioterapia prejudica o sistema imunológico e muitas vezes leva a uma redução das células imunes (granulócitos neutrófilos). 5 gramas de sementes de nigella sativa por dia reduziram muito o risco de desenvolver FN induzida por quimioterapia, inibindo os danos causados ao sistema imunológico e reduzindo em quase 90% infecções graves ou mortais (virais, bacterianas, fúngicas). [\[57\]](#)
- **tratar infecções** por hepatite C atenuando a carga viral. 50% dos pacientes com hepatite C tratados com (uma dose relativamente baixa de) nigella sativa tiveram uma diminuição na carga viral quantitativa e 17% até se tornaram soronegativos. [\[58\]](#) Uma dose mais alta poderia ter sido ainda mais eficaz. Digno de nota, outro estudo também mostrou que a

hepatite pode ser tratada de forma mais eficaz adicionando nigella sativa e vitamina C à terapia convencional. [\[59\]](#)

- **tratar a vaginite** causada por uma infecção por candida albicans. A terapia padrão + nigella sativa foi mais eficaz na redução de vários sintomas e sinais de vaginite induzida por Candida em comparação com a terapia padrão + placebo. [\[60\]](#)
- **erradicar infecções por Helicobacter pylori** (bactérias), que estão entre as principais causas de câncer gástrico. A resistência do helicobacter a drogas farmacêuticas aumentou recentemente de forma alarmante. A erradicação do helicobacter ocorreu em quase 60% dos pacientes tratados com altas doses de nigella sativa + mel. [\[61\]](#) RCTs duplo-cegos confirmaram que os pacientes que receberam terapia padrão + nigella sativa alcançaram uma maior erradicação. [\[62,63\]](#)
- **tratar infecções estafilocócicas da pele.** Em recém-nascidos com infecções cutâneas estafilocócicas, foi igualmente eficaz como o medicamento antibacteriano mupirocina. [\[64\]](#)
- **inibir infecções bacterianas de feridas** causadas por Staphylococcus aureus. Um estudo de laboratório com amostras obtidas de casos de infecções de feridas em um hospital mostrou que altas doses de timoquinona podem inibir s. aureus e, portanto, prevenir/tratar tais infecções de feridas. [\[65\]](#)
- **inibem MRSA** (Staphylococcus aureus resistente à meticilina), que é uma das infecções bacterianas mais mortais, muitas vezes adquiridas em um hospital. Nigella sativa (em altas concentrações em um estudo pré-clínico) demonstrou ter efeitos inibitórios contra MRSA. [\[66\]](#) Ele também teve efeitos inibitórios contra Staphylococcus aureus resistente à vancomicina (VRSA). [\[67\]](#)
- **acelerar a recuperação de infecções respiratórias agudas** em geral (gripe/resfriado etc.). Pacientes com infecção respiratória aguda que receberam nigella sativa tiveram uma chance maior de se tornarem livres de sintomas após apenas 4 dias. [\[68\]](#) Uma combinação de óleo de nigella sativa + extrato de echinacea + alho em pó + extrato de panax ginseng + vitamina C + zinco reduziu a duração de um resfriado comum pela metade (4 x 8 dias de tempo médio de recuperação). [\[69\]](#)

Tratamento do Covid-19

A Nigella sativa não apenas preveniu o Covid-19 em muitas pessoas, mas também acelerou a recuperação e reduziu bastante o desenvolvimento de sintomas graves ou morte em pacientes com Covid-19. [\[3\]](#) Vários compostos de nigella sativa, incluindo timoquinona, nigelidina e alfa-hederina, têm efeitos antivirais e anti-inflamatórios comprovados. A timoquinona pode inibir a principal protease do SARS-CoV-2, causando uma "forte atividade anti-SARS-CoV-2". [\[70\]](#)

Um estudo prospectivo de profilaxia com 376 participantes mostrou que o consumo diário de 40 mg/kg de sementes de nigella sativa (= 3.000 mg por dia para uma pessoa de 75 kg) reduziu o risco de desenvolver um caso sintomático de Covid-19 em mais de 60%. É importante observar que os resultados deste estudo estavam disponíveis em janeiro de 2021. [\[71\]](#) Uma recomendação generalizada para usar nigella sativa teria sido, portanto, uma maneira eficaz de limitar a pandemia e reduzir a incidência de infecções sintomáticas na população.

Em um RCT recente com pacientes hospitalizados com Covid-19, o grupo tratado recebeu terapia padrão e 80 mg/kg/dia de sementes de nigella sativa encapsuladas mais 1 g/kg/dia de mel. [\[72\]](#) Os resultados mostraram que o grupo tratado teve eliminação e recuperação viral significativamente mais rápidas. De fato, aqueles que receberam NS + mel se recuperaram quase duas vezes mais

rápido. No geral, os pacientes do grupo tratado tiveram um risco de morte 82% menor em comparação com o grupo controle. É importante ressaltar que esses resultados impressionantes deste estudo de alta qualidade estavam disponíveis em novembro de 2020, durante o primeiro ano da pandemia. [73]

Portanto, até 2020, ficou claro que esse tratamento poderia reduzir em 80% a taxa de mortalidade de pacientes hospitalizados com Covid-19. Desde então, milhões de pacientes com Covid-19 morreram, mas muitas dessas mortes poderiam ter sido facilmente evitadas, não apenas com nigella sativa e mel, mas também com outros protocolos de tratamento natural e ortomolecular que se mostraram igualmente eficazes na redução da mortalidade de pacientes com Covid. [74,75]

É importante ressaltar que o tratamento precoce com nigella sativa pode até impedir a progressão e o desenvolvimento de estágios graves da Covid-19. Um RCT recente mostrou que, se o tratamento com nigella sativa for iniciado no início do curso da doença, logo após o início dos sintomas, complicações sérias (e, portanto, hospitalização, etc.) podem ser fortemente reduzidas. Entre os pacientes que receberam apenas o tratamento padrão, 17% desenvolveram um caso grave. No entanto, entre aqueles que receberam sementes de nigella sativa por 2 semanas, apenas 1% desenvolveu sintomas graves, uma redução de 93%. Os resultados deste RCT foram publicados em janeiro de 2021. [76]

Um RCT recente confirmou que o tratamento diário com 1000 mg de óleo de semente de nigella sativa (em cápsulas) melhora a recuperação do Covid-19. Os pacientes do grupo de intervenção (terapia padrão + nigella sativa) se recuperaram significativamente mais rápido dos sintomas de Covid do que os do grupo de controle (que receberam apenas terapia padrão). O grupo de intervenção teve um risco 75% menor de necessitar de hospitalização. [77]

Em outro RCT, os pacientes ambulatoriais de Covid-19 foram divididos em quatro grupos:

O grupo 1 recebeu terapia padrão + cápsulas de nigella sativa, o grupo 2 recebeu terapia padrão + vitamina D, o grupo 3 recebeu terapia padrão + uma combinação de nigella sativa e vitamina D e o grupo 4 recebeu apenas terapia padrão (grupo controle). Os resultados mostraram que, embora a eliminação viral e a recuperação dos sintomas tenham ocorrido mais rapidamente nos grupos 1 e 2 em comparação com o grupo controle, o grupo combinado que recebeu nigella sativa + vitamina D apresentou os resultados mais impressionantes em relação à recuperação da doença. Os autores observaram a eliminação viral notavelmente rápida e a redução de muitos sintomas neste grupo de combinação e recomendaram este tratamento para pacientes com Covid. [78] Portanto, é altamente provável que nigella sativa + vitamina D também possa ser uma combinação de tratamento muito eficaz para outras doenças (infecciosas). Eles podem ter efeitos sinérgicos.

As evidências mostram claramente: se a nigella sativa tivesse sido amplamente usada para tratar o Covid-19, muitas vidas poderiam ter sido salvas. Infelizmente, no entanto, os governos de todo o mundo optaram por recomendar (ou impor) uma droga profilática experimental, que causou um grande número de eventos adversos graves e lesões [79] e levou a um excesso significativo de mortalidade. [80] Análises de vários países mostraram claramente que quanto maior a aceitação dessa droga experimental em 2021, mais forte será o aumento do excesso de mortes em 2022. Análises extensas de mortalidade feitas por muitos cientistas indicam que essas drogas causaram a morte de 6,5 a 13 milhões de pessoas mundialmente. [81]

Mesmo antes do lançamento dessas drogas experimentais, muitas pessoas morreram de efeitos colaterais da medicina convencional típica. Os medicamentos prescritos são uma das principais causas de morte na Europa e nos Estados Unidos da América. [82] A medicina ortomolecular ou natural demonstrou ser altamente eficaz para muitas condições e doenças, sugerindo que a maioria dessas mortes por drogas convencionais poderia ser facilmente evitada pelo uso mais generalizado de abordagens de tratamento natural. Obviamente, a situação de cada indivíduo é diferente e pode exigir diferentes abordagens de tratamento. Os problemas de saúde devem sempre ser discutidos com um profissional de saúde ortomolecular ou natural que possa oferecer aconselhamento médico e ajudar a encontrar o melhor tratamento natural (ou natural + convencional) para um indivíduo.

Muitos produtos *nigella sativa* estão disponíveis e nem todos são de alta qualidade. Ao escolher as cápsulas de *nigella sativa* (em vez de consumir as sementes cruas em quantidades suficientes), deve-se garantir que o óleo da semente seja prensado a frio, para garantir que as cápsulas contenham os compostos eficazes das sementes. A cor do óleo deve ser dourada e deve prevalecer um cheiro/sabor amargo. Uma cor amarela mais clara seria um sinal negativo, o que indica que muitos compostos foram removidos durante o processamento.

Referências:

1. Ahmad MF, Ahmad FA, Ashraf SA, et al. (2021) Um conhecimento atualizado da semente preta (*Nigella sativa* Linn.): Revisão dos constituintes fitoquímicos e propriedades farmacológicas. *J Herb Med.* 25:100404. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32983848>
2. Ijaz H, Tulain UR, Qureshi J, et al. (2017) Revisão: *Nigella sativa* (Medicina Profética): Uma Revisão. *Pak J Pharm Sci.* 30:229-234. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28603137>
3. Maideen NMP (2020) Profetic Medicine-*Nigella Sativa* (sementes de cominho preto) - Erva potencial para COVID-19? *J Farmacopuntura.* 23:62-70. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32685234>
4. Sahebkar A, Soranna D, Liu X, et al. (2016) Uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados que investigam os efeitos da suplementação com *Nigella sativa* (semente preta) na pressão arterial. *J Hipertensos.* 34:2127-2135. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27512971>
5. Mousavi SM, Sheikhi A, Varkaneh HK, et al. (2018) Efeito da suplementação de *Nigella sativa* nos índices de obesidade: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *Complemento Ther Med.* 38:48-57. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29857879>
6. Amin F, Islam N, Anila N, Gilani AH. (2015) Eficácia clínica da coadministração de açafraão e sementes pretas (*Kalongi*) na síndrome metabólica - um estudo controlado randomizado duplo-cego - estudo TAK-MetS. *Complemento Ther Med.* 23:165-174. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25847554>
7. Askari G, Rouhani MH, Ghaedi E, et al. (2019) Efeito da suplementação de *Nigella sativa* (semente preta) no controle glicêmico: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos. *Phytother Res.* 33:1341-1352. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30873688>
8. Mostafa TM, Hegazy SK, Elnaidany SS, et al. (2021) *Nigella sativa* como uma intervenção promissora para distúrbios metabólicos e inflamatórios em indivíduos pré-diabéticos obesos: um estudo comparativo de *Nigella sativa* versus modificação do estilo de vida e metformina. *J Diabetes Complications* 35:107947. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34006388>

9. Razmpoosh E, Safi S, Abdollahi N, et al. (2020) O efeito da *Nigella sativa* nas medidas dos parâmetros hepáticos e renais: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *Pharmacol Res.* 156:104767. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32201245>
10. Tang G, Zhang L, Tao J, Wei Z. (2021) Efeito da *Nigella sativa* no tratamento da doença hepática gordurosa não alcoólica: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *Phytother Res.* 35:4183-4193. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33728708>
11. Khonche A, Huseini HF, Gholamian M, et al. (2019) O óleo de semente de *Nigella sativa* padronizado melhora os níveis de esteatose hepática, aminotransferase e lipídios na doença hepática gordurosa não alcoólica: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego e controlado por placebo. *J Ethnopharmacol.* 234:106-111. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30639231>
12. Montazeri RS, Fatahi S, Sohoul MH, et al. (2021) O efeito da *nigella sativa* em biomarcadores de inflamação e estresse oxidativo: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados. *J Food Biochem.* 45:e13625. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33559935>
13. Emamat H, Mousavi SH, Kargar Shouraki J, et al. (2022) O efeito do óleo de *Nigella sativa* na disfunção vascular avaliada por dilatação mediada por fluxo e biomarcadores relacionados a vasculares em indivíduos com fatores de risco para doenças cardiovasculares: um estudo controlado randomizado. *Phytother Res.* 36:2236-2245. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35412685>
14. Badar A, Kaatabi H, Bamosa A, (2017) Al-Elq A, Abou-Hozaiifa B, Lebda F, Alkhadra A, Al-Almaie S. Efeito da suplementação de *Nigella sativa* durante um período de um ano nos níveis lipídicos, pressão arterial e frequência cardíaca em pacientes diabéticos tipo 2 recebendo agentes hipoglicemiantes orais: ensaio clínico não randomizado. *Ann Saudi Med.* 37:56-63. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28151458>
15. Ansari ZM, Nasiruddin M, Khan RA, Haque SF (2017) Papel protetor da *Nigella sativa* na nefropatia diabética: um ensaio clínico randomizado. *Saudi J Kidney Dis Transpl.* 28:9-14. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28098097>
16. Alam MA, Nasiruddin M, Haque SF, Khan RA. (2020) Avaliação do perfil de segurança e eficácia do óleo de *Nigella sativa* como terapia adjuvante, além do alfa-ceto análogo de aminoácidos essenciais em pacientes com doença renal crônica. *Saudi J Kidney Dis Transpl.* 31:21-31. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32129194>
17. Ardakani Movaghati MR, Yousefi M, Saghebi SA, et al. (2019) Eficácia da semente preta (*Nigella sativa* L.) na dissolução de cálculos renais: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego, controlado por placebo. *Phytother Res.* 33:1404-1412. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30873671>
18. Farhangi MA, Dehghan P, Tajmiri S, Abbasi MM. (20106) Os efeitos da *Nigella sativa* na função da tireoide, Fator de Crescimento Endotelial Vascular (VEGF) - 1, Nesfatin-1 e características antropométricas em pacientes com tireoidite de Hashimoto: um estudo controlado randomizado. *BMC Complemento Med.* 16:471. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27852303>
19. Gheita TA, Kenawy SA. (2012) Eficácia do óleo de *Nigella sativa* no tratamento de pacientes com artrite reumatóide: um estudo controlado por placebo. *Phytother Res.* 26:1246-8. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22162258>
20. Nikkhah-Bodaghi M, Darabi Z, Agah S, Hekmatdoost A. (2019) Os efeitos da *Nigella sativa* na qualidade de vida, índice de atividade da doença e alguns dos fatores de estresse inflamatório e oxidativo em pacientes com colite ulcerativa. *Phytother Res.* 33:1027-1032. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30666747>
21. Ahmed Jawad H, Ibraheem Azhar Y, Al-Hamdi Khalil I (2014) Avaliação da eficácia, segurança e efeito antioxidante da *Nigella sativa* em pacientes com psoríase: um ensaio clínico

- randomizado. *Jornal de Investigações Clínicas e Experimentais*. 5:186-193. <https://un.uobasrah.edu.iq/papers/4104.pdf>
22. Ghorbanibirgani A, Khalili A, Rokhafrooz D. (2014) Comparando o óleo de *Nigella sativa* e o óleo de peixe no tratamento do vitiligo. *Irã Red Crescent Med J*. 16:e4515. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25068060>
23. Yousefi M, Barikbin B, Kamalinejad M, et al. (2013) Comparação do efeito terapêutico de *Nigella* tópico com Betametasona e Eucerin no eczema das mãos. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 27:1498-1504. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23198836>
24. Saad A, Beshar S, Ammar N, Emam, H (2001) Efeitos terapêuticos de *Nigella Sativa* na dermatite de contato ocupacional. *Europa Central J Occ e Env Med*. 7:26-38. https://www.researchgate.net/profile/Amal-Saad-Hussein/publication/230838076_THERAPEUTIC_EFFECTS_OF_NIGELLA_SATIVA_ON_OCCUPATIONAL_CONTACT_DERMATITIS/links/0912f5051cf358aed8000000/THERAPEUTIC-EFFECTS-OF-NIGELLA-SATIVA-ON-OCCUPATIONAL-CONTACT-DERMATITIS.p
25. Soleymani S, Zargaran A, Farzaei MH, et al. (2020) O efeito de um hidrogel produzido por *Nigella sativa* L. na acne vulgaris: um ensaio clínico randomizado duplo-cego. *Phytother Res*. 34:3052-3062. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32548864>
26. Han A, Shi D. (2021) A eficácia da suplementação de *Nigella sativa* para o controle da asma: uma meta-análise de estudos controlados randomizados. *Postepy Dermatol Alergol*. 38:561-565. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34658694>
27. Boskabady MH, Farhadi J. (2008) O possível efeito profilático do extrato aquoso de sementes de *Nigella sativa* em sintomas respiratórios e testes de função pulmonar em vítimas de guerra química: um estudo randomizado, duplo-cego, controlado por placebo. *J Altern Complement Med*. 14:1137-1144. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18991514>
28. Nikakhlagh S, Rahim F, Aryani FH, et al. (2011) Tratamento fitoterápico da rinite alérgica: o uso de *Nigella sativa*. *Am J Otorrinolaringol*. 32:402-407. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20947211>
29. Kalus U, Pruss A, Bystron J, et al. (2003) Efeito da *Nigella sativa* (semente preta) na sensação subjetiva em pacientes com doenças alérgicas. *Phytother Res*. 17:1209-1214. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14669258>
30. Huseini HF, Mohtashami R, Sadeghzadeh E, et al. (2022) Eficácia e segurança do óleo oral de *Nigella sativa* para tratamento sintomático da osteoartrite do joelho: um ensaio clínico duplo-cego, randomizado e controlado por placebo. *Complemento Ther Clin Pract*. 49:101666. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36150238>
31. Azizi F, Ghorat F, Rakhshani MH, Rad M (2019) Comparação do efeito do uso tópico do óleo de *Nigella Sativa* e do gel de diclofenaco na dor da osteoartrite em idosos: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego. *J Herb Med*. 16:100529. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2210803319300053>
32. Huseini HF, Kianbakht S, Mirshamsi MH, Zarch AB. (2016) Eficácia do óleo tópico da semente de *Nigella sativa* no tratamento da mastalgia cíclica: um ensaio clínico randomizado, triplo-cego, ativo e controlado por placebo. *Planta Med*. 82:285-288. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26584456>
33. Molaie M, Darvishi B, Jafari Azar Z, et al. (2019) Efeitos de uma combinação de *Nigella sativa* e *Vitex agnus-castus* com citalopram em mulheres saudáveis na menopausa com ondas de calor: resultados de uma análise de subpopulação. *Gynecol Endocrinol*. 35:58-61. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30129806>
34. Naeimi SA, Tansaz M, Hajimehdipoor H, Saber S (2020) Comparando o efeito do óleo *Nigella sativa* Soft Gel e placebo na oligomenorréia, amenorréia e características laboratoriais em pacientes com síndrome do ovário policístico, um ensaio clínico randomizado. *Res J*

Pharmacogn. (RJP) 7:49-

58. https://www.rjpharmacognosy.ir/article_99289_f5613bb45b6fb6dd8a7a2a9b5f7857a1.pdf

35. Bin Sayeed MS, Shams T, Fahim Hossain S, et al. (2014) As sementes de *Nigella sativa* L. modulam o humor, a ansiedade e a cognição em adolescentes saudáveis do sexo masculino. *J Ethnopharmacol.* 152:156-162. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24412554>

36. Zadeh AR, Eghbal AF, Mirghazanfari SM, et al. (2022) Extrato de *Nigella sativa* no tratamento da depressão e níveis séricos do Fator Neurotrófico Derivado do Cérebro (BDNF). *J Res Med Sci.* 27:28. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35548175>

37. Bin Sayeed MS, Asaduzzaman M, Morshed H, et al. (2013) O efeito de *Nigella sativa* Linn. semente na memória, atenção e cognição em voluntários humanos saudáveis. *J Ethnopharmacol.* 148:780-786. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23707331>

38. Akhondian J, Parsa A, Rakhshande H. (2007) O efeito de *Nigella sativa* L. (semente de cominho preto) em convulsões pediátricas intratáveis. *Med Sci Monit.* 13:CR555-

9. 4 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18049435>

39. Akhondian J, Kianifar H, Raoofziaee M, et al. (2011) O efeito da timoquinona em convulsões pediátricas intratáveis (estudo piloto). *Epilepsia Res.* 93:39-

43. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21112742>

40. Oysu C, Tosun A, Yilmaz HB, et al. (2014) *Nigella Sativa* tópica para sintomas nasais em idosos. *Auris Nasus Laringe.* 41:269-272. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24398317>

41. Pipalia PR, Annigeri RG, Mehta R. (2016) Avaliação clinicobioquímica de açafraão com pimenta preta e *nigella sativa* no manejo da fibrose submucosa oral - um estudo preliminar randomizado duplo-cego. *Oral Surg Oral Med Oral Pathol Oral Radiol.* 122:705-

712. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27720650>

42. Khan ZA, Prabhu N, Ahmed N, et al. (2022) Um estudo comparativo sobre alvogyl e uma mistura de óleo de semente preta e pó para osteíte alveolar: um ensaio clínico randomizado duplo-cego controlado. *Int J Clin*

Pract. 2022:7756226. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35685605>

43. Sadat Afraz E, Kazemi S, Ghaneei F, et al. (2022) The Healing Effects of *Nigella sativa* Gel on Oral Traumatic Ulcer. *Int J BioLife Sci.* 1:118. https://www.jobioost.com/article_162053.html

44. Rahman I, Mohammed A, AlSheddi MA, et al. (2023) Óleo de *Nigella sativa* como tratamento para gengivite: um estudo randomizado de controle ativo. *Asiático Pac J Trop Med.* 16:129-1138. <https://www.apjtm.org/text.asp?2023/16/3/129/372290>

45. Mohan ME, Thomas JV, Mohan MC, et al. (2023) Um extrato de óleo de cominho preto patenteado (*Nigella sativa*) (BlaQmax(r)) modula o eixo estresse-sono-imunidade com segurança: Estudo randomizado duplo-cego controlado por placebo. *Frente*

Nutr. 10:1152680. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37139438>

46. Alavinejad P, Aghadhani M, Bakhtiari N, et al. (2023) Avaliação da eficácia do extrato de semente preta total (*Nigella sativa*) em pacientes com síndrome do intestino irritável - estudo piloto. *EUR. Chem. Touro.* 12:997-

1006. <https://www.eurchembull.com/uploads/paper/85fcfba8ff6ae017bd08ff7823739390.pdf>

47. Alizadeh A, Mohammah-Alizadeh-Charandabi S, Khodaie L, Mirghafourvand M. (2023) Efeito do óleo de semente de *Nigella sativa* L. na incontinência urinária e na qualidade de vida em mulheres na menopausa: um estudo controlado randomizado triplo-cego. *Phytother Res.* 37:2012-2023. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36640148>

48. Kolahtooz M, Nasri S, Modarres SZ, et al. (2014) Efeitos do óleo de semente de *Nigella sativa* L. na qualidade anormal do sêmen em homens inférteis: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego, controlado por placebo. *Fitomedicina.* 21:901-

905. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24680621>

49. Amalia A, Hendarto H, Mustika A, Susanti I (2022) Efeitos da Nigella Sativa na infertilidade feminina: uma revisão sistemática. Proc 6th Int Conf Med Health Inform. Maio de 2022, 234-237. <https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/3545729.3545776>
50. Zakaria R, Astuti SCD (2022) O efeito do cominho preto (Nigella sativa) em mães que amamentam. J Info Kesehatan 20:29-40. <https://jurnal.poltekkeskupang.ac.id/index.php/infokes/article/view/627/437>
51. Nemati S, Masroorchehr M, Elahi H, et al. (2021) Efeitos do extrato de Nigella sativa na rinosinusite crônica: um estudo duplo-cego randomizado. Indian J Otolaryngol Head Neck Surg. 73:455-460. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34722227>
52. Bashar T, Misbahuddin M, Hossain MA. (2014) Um estudo duplo-cego, randomizado, controlado por placebo para avaliar o efeito da Nigella sativa em pacientes com ceratose arsênica palmar. Bangladesh J Pharmacol. 9:15-21. <http://www.bdpsjournal.org/index.php/bjp/article/view/188/611>
53. Salem A, Bamosa A, Alam M, et al. (2021) Efeito da Nigella sativa na saúde geral e no sistema imunológico em jovens voluntários saudáveis; um ensaio clínico randomizado, controlado por placebo e duplo-cego. F1000Research 10:1199 <https://f1000research.com/articles/10-1199>
54. Behnamfar N, Parsa Yekta Z, Mojab F, Kazem Naeini SM. (2019) O efeito do óleo de nigella sativa na prevenção da flebite induzida pela quimioterapia: um ensaio clínico. Biomedicina (Taipé). 9:20. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31453801>
55. Hussain SA, Mohammed Ameen HA, Mohammed MO, et al. (2019) O enxaguante bucal com óleo de Nigella sativa melhora a mucosite oral induzida por quimioterapia em pacientes com leucemia mielóide aguda. Biomed Res Int. 2019:3619357. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31781612>
56. Rafati M, Ghasemi A, Saeedi M, et al. (2019) Nigella sativa L. para prevenção de dermatite aguda por radiação no câncer de mama: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego, controlado por placebo. Complemento Ther Med. 47:102205. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31780017>
57. Mousa HFM, Abd-El-Fatah NK, Darwish OA, et al. (2017) Efeito da administração de sementes de Nigella sativa na prevenção da neutropenia febril durante a quimioterapia em crianças com tumores cerebrais. Childs Nerv Syst. 33:793-800. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28349493>
58. Barakat EM, El Wakeel LM, Hagag RS. (2013) Efeitos da Nigella sativa no resultado da hepatite C no Egito. World J Gastroenterol. 19:2529-2536. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23674855>
59. Ahmed S, Zahoor A, Ibrahim M, et al. (2020) Eficácia aprimorada de antivirais de ação direta em pacientes com hepatite C pela coadministração de cominho preto e ascorbato como adjuvantes antioxidantes. Oxid Med Cell Longev. 2020:7087921. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32566096>
60. Adiban Fard F, Tork Zahrani S, Akbarzadeh Bagheban A, Mojab F. (2015) Therapeutic Effects of Nigella Sativa Linn (Black Cumin) on Candida albicans Vaginitis. Arch Clin Infect Dis. 10:e22991. <https://brieflands.com/articles/archcid-20960.pdf>
61. Hashem-Dabaghian F, Agah S, Taghavi-Shirazi M, Ghobadi A. (2016) Combinação de Nigella sativa e mel na erradicação da infecção gástrica por Helicobacter pylori. Irã Red Crescent Med J. 18:e23771. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28191328>
62. Alizadeh-Naini M, Yousefnejad H, Hejazi N. (2020) Os efeitos benéficos para a saúde da Nigella sativa na erradicação do Helicobacter pylori, sintomas de dispepsia e qualidade de vida em pacientes infectados: um estudo piloto. Phytother Res. 34:1367-1376. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31916648>
63. Mohtashami R, Huseini HF, Heydari M, et al. (2015) Eficácia e segurança da formulação à base de mel do óleo de semente de Nigella sativa na dispepsia funcional: um ensaio clínico randomizado controlado duplo-cego. J Ethnopharmacol. 175:147-152. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26386381>

64. Babu B, Rao P, Suman E, Udayalaxmi J (2023) Um estudo do efeito antibacteriano dos extratos de sementes de *Nigella sativa* em isolados bacterianos de casos de infecção de feridas. Infectar alvos de drogas de desordem. 3 de abril de 2023. Online antes da impressão. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37016531>
65. Rafati S, Niakan M, Naseri M. (2014) Efeito antimicrobiano do extrato de semente de *Nigella sativa* contra infecção estafilocócica da pele. Med J Islam Repub Irã. 28:42. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25405108>
66. Hannan A, Saleem S, Chaudhary S, et al. (2008) Atividade antibacteriana de *Nigella sativa* contra isolados clínicos de *Staphylococcus aureus* resistente à metilicina. J Ayub Med Coll Abbottabad. 20:72-74. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19610522>
67. Liaqat F, Sheikh AA, Nazir J, et al. (2015) Relatório de identificação e controle de isolamento de *Staphylococcus aureus* resistente à vancomicina. Pak J Pharm Sci. 28:997-1004. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26004734>
68. Elango A, Rao LN, Sugumar P, Radhakrishnan A. (2022) Avaliação da eficácia clínica e segurança do óleo de semente de *Nigella Sativa* adicionado ao tratamento padrão em infecções respiratórias não complicadas - um estudo randomizado, aberto e de braços paralelos. Edição especial - COVID-19 e outras doenças transmissíveis 91-97. <https://medical.advancedresearchpublications.com/index.php/Journal-CommunicableDiseases/article/view/815/702>
69. Yakoot M, Salem A. (2011) Eficácia e segurança de uma fórmula multiherbal com vitamina C e zinco (Immumax) no tratamento do resfriado comum. Int J Gen Med. 4:45-51. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21403792>
70. Abdallah HM, El-Halawany AM, Darwish KM, et al. (2022) Bio-Guided Isolation of SARS-CoV-2 Main Protease Inhibitors from Medicinal Plants: In Vitro Assay and Molecular Dynamics. Plants (Basel) 11:1914. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35893619>
71. Al-Haidari KAA, Faiq TAN, Ghareeb OA (2021) Valor preventivo da semente preta em pessoas com risco de infecção por COVID-19. Pak J Med Health Sci. 15:384-387. <https://pjmhsonline.com/2021/jan/384.pdf>
72. Ashraf S, Ashraf S, Ashraf M, et al. (2023) DOCTORS LOUNGE consortium. (2023) Honey and *Nigella sativa* against COVID-19 in Pakistan (HNS-COVID-PK): Um ensaio clínico randomizado multicêntrico controlado por placebo. Phytother Res. 37:627-644. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36420866>
73. Ashraf S, Ashraf S, Ashraf M, et al. (2020) Honey and *Nigella sativa* against COVID-19 in Pakistan (HNS-COVID-PK): Um ensaio clínico randomizado multicêntrico controlado por placebo. Pré-impressão medRxiv, novembro de 2020. <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.10.30.20217364v4.full.pdf>
74. Leal-Martínez F, Abarca-Bernal L, García-Pérez A, et al. (2022) Efeito de um sistema de suporte nutricional para aumentar a sobrevivência e reduzir a mortalidade em pacientes com COVID-19 no estágio III e comorbidades: um ensaio clínico controlado randomizado cego. Int J Environ Res Saúde Pública. 19:1172. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35162195>
75. Langen M (2023) Milhões de mortes evitáveis por COVID-19. Serviço de Notícias de Medicina Ortomolecular. <http://orthomolecular.org/resources/omns/v19n16.shtml>
76. Al-Haidari KAA, Faiq TN, Ghareeb OA (2021) Ensaio clínico de sementes pretas contra covid-19 na cidade de Kirkuk/Iraque. Indian J Foren Med Toxicol 15:3393-3399. <https://www.revistaamplamente.com/index.php/ijfmt/article/view/15825>
77. Koshak AE, Koshak EA, Mobeireek AF, et al. (2021) *Nigella sativa* para o tratamento de COVID-19: um ensaio clínico randomizado controlado aberto. Complemento Ther Med. 61:102769. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34407441>

78. Said SA, Abdulbaset A, El-Kholy AA, et al. (2022) O efeito da suplementação de Nigella sativa e vitamina D3 no resultado clínico em pacientes com COVID-19: um ensaio clínico controlado randomizado. Front Farmacol. 13:1011522. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36425571>
79. Fraiman J, Erviti J, Jones M, et al. (2022) Eventos adversos graves de interesse especial após a vacinação com mRNA COVID-19 em ensaios randomizados em adultos. Vacina. 40:5798-5805. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36055877>
80. Aarstad, J.; Kvitastein, OA Existe uma ligação entre a adoção da vacinação COVID-19 em 2021 na Europa e o excesso de mortalidade por todas as causas em 2022?. Asian Pac J Health Sci. 10:25-30. <https://hvlopen.brage.unit.no/hvlopen-xmlui/bitstream/handle/11250/3062560/Aarstad.pdf>
81. Rancourt DG, Baudin M, Hickey J, Mercier J (2023) Taxa de mortalidade por dose da vacina COVID-19 estratificada por idade para Israel e Austrália. Pesquisa de Correlação no Interesse Público. <https://correlation-canada.org/report-age-stratified-covid-19-vaccine-dose-fatality-rate-for-israel-and-australia>
82. Gøtzsche PC. (2014) Nossos medicamentos prescritos nos matam em grande número. Pol Arch Med Wewn. 124:628-634. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25355584>

Medicina Nutricional é Medicina Ortomolecular

A medicina ortomolecular usa terapia nutricional segura e eficaz para combater doenças. Para mais informações: <http://www.orthomolecular.org>