

Costus spiralis (Jacq.) Roscoe



Fonte da imagem: Maurício Mercadante

Nomes e usos populares

Cana-do-brejo ou cana-de-macaco. (1)

Na medicina popular brasileira é reconhecida como agente diurético, antidiabético, antimicrobiano e antifúngico. (1)

Características morfológicas

Erva ereta de grande porte, medindo de 1 a 3,5 m de altura, caule verde. Folhas alternas disposta em espiral, sem pecíolo, de forma elíptica medindo de 5 a 14 cm de largura e 8 a 43 cm de comprimento. Inflorescência oval, com brácteas

duras vermelhas e pétalas vermelho rosado a salmão. Frutos do tipo cápsula e sementes pretas.(2)

Podendo ser confundida com a espécie *Costus scaber* Ruiz & Pav., na qual se diferencia presença de “pelos” na nervura central da folha (3), ou com a *Costus spicatus*, cuja espécie é endêmica das Antilhas.(3)

Origem

É uma espécie com ampla distribuição na América do Sul, com exceção do lado oeste do continente, no Brasil ocorre desde a bacia amazônica até o sudeste do país.(4) Cresce espontaneamente em todos os biomas brasileiros, mas com preferência a ambientes úmidos.(2)

Ecologia da espécie

Reprodução de forma sexuada e assexuada, por meio de sementes e por rizomas respectivamente.(5)

Propagação e cultivo

Pouco se sabe sobre a melhor forma de propagação da espécie, mas que as duas formas de reprodução da espécie, sexuada e vegetativa são bem eficazes.(5)

Usos alimentícios

Podem ser consumidas as suas folhas e flores.(6) Devido à carência de informações sobre fatores anti-nutricionais, por segurança, sugere-se o branqueamento das folhas.

Informação nutricional

Há carência de indicadores nutricionais relativos a esta planta. Sabe-se, todavia, que é uma espécie rica em compostos antioxidantes, dentre eles, cumarinas, compostos fenólicos e antocianinas.(7) Sabe-se ainda que presença

de flavonoides está relacionada com a atividade inibidora da α -glucosidase que confere à planta seu caráter anti-hiperglicêmico.(8) O consumo dessa planta pode, no contexto de uma alimentação variada, colaborar na obtenção de nutrientes essenciais à saúde.

Receita

Molho picante de cana do brejo

Fonte: Michelle Jacob

Ingredientes

- 1 xícara de folhas de cana do brejo jovens;
- ½ xícara de coentro;
- 1/3 de xícara de azeite;
- 3 dentes de alho;
- 1 pimenta dedo-de-moça sem sementes picada (ao gosto);
- 1/3 de xícara de amendoim torrado sem pele;
- Sal a gosto;
- ½ limão (suco) a gosto;
- 1 colher de café de curry verde.

Modo de preparo

1. Higienizar a cana do brejo, o coentro, o alho, a pimenta
2. Fazer o branqueamento das folhas de cana do brejo e em seguida picar
3. Em uma frigideira aquecer o amendoim
4. Em um liquidificador bata todos os ingredientes até ficar pastoso e finalize com sal e o limão a gosto
5. Coloque em um recipiente e decore com um ramo de coentro e uma pimenta dedo de moça.

Referências

1. Duarte R, Andrade L, Oliveira T. Revisão da planta *Costus spiralis*

- (Jacq.) Roscoe: Pluralidade em propriedades medicinais. **Rev Fitos** 2017;11(2).
2. Costa FRC, Espinelli FP, Figueiredo FOG. Guia de Zingiberales dos sítios PPBio na Amazônia Ocidental Brasileira. **Guia Zingiberales**. 2010;290.
 3. Viana PL, Dos Santos Bragança Gil A. Flora das cangas da serra dos carajás, Pará, Brasil: Cannabaceae. **Rodriguesia**. 2018;69(1):49-51.
 4. Henriette J, Dutilh A. Flora Fanerogâmica do Estado de São Paulo. **Flora Fanerogâmica do Estado São Paulo**. 2005;4:244-56.
 5. Rossi A et al. Aspectos vegetativos e reprodutivos de *Costus Spicatus* (Jacq.) Sw. (Costaceae), uma espécie de uso medicinal. **Enciclopédia Biosf**. 2013;9(17):2686-94.
 6. Lindorf R, Lindorf H, Lindorf I. **South American medicinal plants: botany, remedial properties and general use**. Springer Science & Business Media. 2013.
 7. Marson Ascêncio PG, Ascêncio SD, Aguiar AA, Fiorini A, Pimenta RS. Chemical Assessment and Antimicrobial and Antioxidant Activities of Endophytic Fungi Extracts Isolated from *Costus spiralis* (Jacq.) Roscoe (Costaceae). **Evidence-based Complement Altern Med**. 2014;2014.
 8. de Oliveira AP, Coppede JS, Bertoni BW, Crotti AEM, França SC, Pereira AMS, et al. *Costus spiralis* (Jacq.) Roscoe: A Novel Source of Flavones with α -Glycosidase Inhibitory Activity. **Chem Biodivers**. 2018;15(1).