

Diego Olivares
@loco_plantas

MANUAL
para AMAR
(y no matar)
tus PLANTAS

zenith

MANUAL
para AMAR
(y no matar)
tus PLANTAS

Diego Olivares
@loco_plantas

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: marzo de 2023

© **Diego Olivares Casas, 2023**

© del diseño de interior **@twice_design**

De las ilustraciones del interior, © Natalia Fedorova / Creative Market, © Zephyr Cliparts / Creative Market, © Julia M. Watercolor / Creative Market

De las fotografías de las páginas 6 y 191, © del archivo del autor; de las páginas 11, 32, 72 y 153, © Pexels / Cottonbro; de la página 12, © Unsplash / Sven Brandsma; de las páginas 19 y 222, © Pexels / Huy Phan; de la página 22, © Unsplash / Luther Bottrill; de las páginas 34 y 43, © Unsplash / Beazy; de la página 35, Unsplash / Yehleen Gaffney; de la página 37, © Pexels / Dmitry Zvolzsky; de la página 39, © Pexels / Adrienne Andersen; de la página 41, © Unsplash / Phil Hearing; de la página 42, © Unsplash / Angele Kamp; de las páginas 44, 100 y 114, © Pexels / Anna Shvets; de la página 45, © Unsplash / Jessica Arends; de la página 47, © Unsplash / Ana Belén Escudero; de la página 48, © iStock / edoneil; de la página 52, © Pexels / Rocketmann team; de la página 57, © Pexels / Timami Roshnichenko; de la página 58, © Unsplash / Kara Eads; de la página 62, © Unsplash / Pelayo Arbues; de la página 62, © Unsplash / Janet Sheran; de la página 63, © Unsplash / Nathalie Klippert; de la página 63, © Unsplash / Art and soil; de la página 63, © Unsplash / Bundo Kim; de la página 64, © Unsplash / Charlota Blunarova; de la página 65, © iStock / Sergey Spritnyuk; de la página 67, © Pexels / Ekaterina Bolotsova; de la página 76, © iStock / MOCCABUNNY; de la página 79, © iStock / Linda Raymond; de las páginas 80 y 151, © Pexels / Karolina Grabowska; de la página 84, © Pexels / Torsten Dettlaff; de la página 92, © Pexels / Teona Swift; de las páginas 96, 190, 192 y 193, © Rawpixel; de la página 99, © Pexels / Hasan Kurt; de la página 108, © Unsplash / Eco Warrior Princess; de la página 112, © Pexels / Pavel Danilyuk; de la página, 119, © Unsplash / Corinne Kutz; de la página 124, © Unsplash / Chris Lee; de la página 154, © Unsplash / Yen Vu; de la página 156, © Unsplash; de la página 157, © Pexels / Maureen Becker; de la página 158, © Pexels / Pixabay; de la página 163, © Pexels / Julia Volk; de la página 166, © Unsplash / Hoan Ly; de la página 170, © Pexels / Shashank Kumar; de las páginas 173 y 174, © Unsplash / Feey; de la página 177, © Pexels / Albina White; de la página 178, © Unsplash / Pegah Mohamadi; de la página 178, © Pexel / Plantpool images; de la página 185, © Pexels / Julia Filirovska; de las páginas 186 y 208, © Pexels / Ksenia Chernaya; de la página 194, © Unsplash / Alek; de la página 211, Unsplash / Feey; de la fotografía de la parte superior de la página 65, l resto de las páginas 195-207 y 209-221, © 2022 All Rights Reserved, Canva®

© **Editorial Planeta, S. A., 2023**

Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.zenitheditorial.com

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-26977-9

Depósito legal: B. 3296-2023

Impreso en España – *Printed in Spain*



SUMARIO

Introducción

- Las plantas te hacen tilín - 7
- Entender a tus plantas es cuestión de tiempo - 8
- Para qué te servirá este libro - 10

Capítulo 1

Conoce tu casa - 13

- El clima de tu ciudad - 13
- La orientación de tu casa - 21
- El espacio disponible - 27

Capítulo 2

Crea tu propio minijardín - 33

- Tipos de estancias - 33
- El tiempo que quieres dedicar a tus plantas - 50
- De compras - 54
- Consejos de diseño - 70

Capítulo 3

Cuidados del día a día - 81

- Regar bien - 81
- Fertilización - 94
- Toca trasplantar - 99
- Tareas extra - 113

Capítulo 4

Mal de amores verdes - 125

- Plagas: los bichos y su manía con las plantas - 125
- Enfermedades - 133
- Otros dramas - 141

Capítulo 5

Plantas por temática - 155

- Por resistencia - 156
- Por el tipo de luz que necesitan - 164
- Por estilo - 171

Capítulo 6

Recomendaciones finales - 187

Conclusión

- Lánzate - 191

50 plantas muy top (y casi sin agua)

- 25 plantas top de exterior - 195
- 25 plantas top de interior - 209

Capítulo 1

CONOCE tu CASA

EL CLIMA DE TU CIUDAD

Supongamos que vives en Pontevedra, te vas a mudar a Valencia y quieres llevarte contigo el montón de plantas que forman tu elenco selvático. ¿Crees que a ellas les dará igual este cambio de ambiente? Si estamos hablando de un cambio de un interior en Pontevedra a un interior en Valencia, seguramente su microclima generado sea muy parecido. En cambio, si se trata de una pequeña colección de plantas de exterior, la cosa se pone seria.

Debes comprender que hay un montón de factores que influyen en la adaptación y el desarrollo de una planta, pero hay tres que definen el clima donde vivimos: la luz, la temperatura y la humedad ambiental. Si conoces estos tres factores y entiendes en qué condiciones van a vivir tus plantas el resto de sus vidas, ¿no crees que tendrás más probabilidades de que la cosa salga bien?

La luz

Recuerdo que hace un tiempo me empeñé en colocar una planta en la zona del recibidor de casa, un lugar sin demasiada luz. La primera elección fue una *Euphorbia trigona* (árbol africano de la leche), ya que su forma erecta era perfecta para ese estrecho espacio. Pero la cosa fue mal. Recibía poca luz y comenzó a debilitarse. Luego probamos con una *Dracaena fragans*, una planta dura como ella sola. Permaneció inmóvil, estática, sin evolución ninguna, durante más de un año en el recibidor. Incluso llegué a pensar que era de plástico. Finalmente, se nos ocurrió que unas pampas secas (flor de la *Cortaderia selloana*) eran la mejor opción para esa oscura zona. Hay veces que es mejor no hacer sufrir a nuestras plantas.

Como ves, había dos variables para elegir una especie ideal para este lugar en concreto: la forma de la planta (condicionada por el poco espacio) y la exigencia lumínica (limitada por la luz). En este sentido quiero ser directo contigo. Por mucho que te empeñes, **sin luz no hay fuente de energía para las plantas**; sin energía no crecen, y si no crecen, hay una gran probabilidad de que terminen enfermando.

Las estaciones

Las plantas regulan sus procesos siguiendo los cambios de estación (reloj circadiano), y nos lo muestran a través de su apariencia: floración, caída de hojas, cambios en su crecimiento, etc.

Cuando el día comienza a hacerse corto en otoño, algunas plantas hacen una «parada» significativa de su crecimiento, porque reciben un aporte de energía lumínica menor al que venían acostumbradas. Es el caso de plantas como el Ficus, la Ceropegia, las Tillandsias o las cactáceas en general, que pasan a un estado de dormición o reposo invernal, necesitando entonces poco (o nada) de riego, por ejemplo.

Sin embargo otras se activan cuando el día comienza a ser más corto, con lo que sus exigencias serán mayores en otoño e invierno. Les pasa, por ejemplo a las Peperomias, la Haworthia, la Poinsettia, algunas especies de orquídeas o al Chrysanthemum.

En el apartado «La orientación de tu casa» te explicaré cómo conocer el tipo de luz del que dispones y cómo diseñar tu minijardín acorde a tu «mapa lumínico».

La temperatura

En exterior

Si tu intención es tener plantas en una terraza, un balcón o un patio pequeño, la temperatura es un factor limitante. Seguro que has comprobado que hay plantas que lo aguantan todo; con esas no hay problema. Pero hay

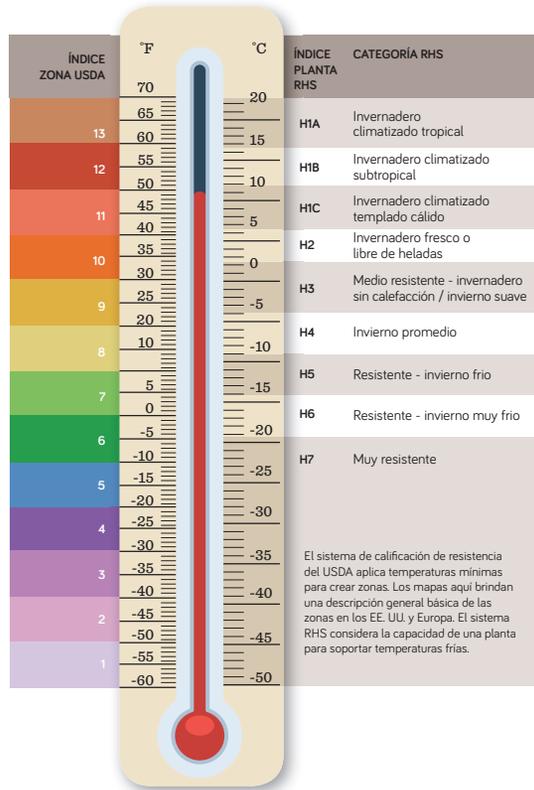
otras que son más de estar fresquitas y sin demasiados bochornos, con lo que se achicharran en verano. Y también otras que son de ponerse la rebequita y se congelan a la primera de cambio en un día de invierno. Por cierto, una planta que se ha helado o se ha quemado muestra en sus hojas unas manchas oscuras o un marchitamiento general a causa de la muerte celular del tejido afectado.



Por esto debes auditar la planta que quieras comprar, conocer sus limitaciones y su adaptabilidad. No te busques problemas de más y observa sus cotas climatológicas. Pero ¿esto cómo se hace?

No quiero entrar en demasiados detalles sobre este tema, pero sí que sepas que existen las «zonas de rusticidad» (o zonas USDA), que ayudan a entender a qué temperatura puede sobrevivir una determinada especie vegetal. Los datos marcan un límite mínimo superútil, sin tener en cuenta otras consideraciones como tipos de suelo, humedad ambiental, etc. Esto, llevado a la práctica, significa que cuando vayas a adquirir una planta, debes informarte de lo friolera que es.

En la página siguiente encontrarás un diagrama que muestra las temperaturas mínimas en relación con los índices USDA.



En caso de duda, busca información acerca de las condiciones térmicas que tolera la planta que deseas incorporar a tu minijardín. De todas formas, te propongo, así para empezar, 20 plantas perennes con sus zonas USDA y las temperaturas mínimas que toleran:

Especie	Nombre común	Zonas USDA	Temp. mínima en °C
<i>Callistemon laevis</i>	árbol del cepillo	9-10-11	-7 °C
<i>Citrus sinensis</i>	naranja		
<i>Crassula ovata</i>	árbol de Jade		
<i>Eucalyptus cinerea</i>	eucalipto plateado	8-9-10-11-12	-12 °C

Especie	Nombre común	Zonas USDA	Temp. mínima en °C
<i>Olea europaea</i>	olivo	8-9-10-11	-12 °C
<i>Phormium tenax</i>	formio		
<i>Photinia fraseri</i>	fotinia		
<i>Euonymus japonicus</i>	evónimo	8-9-10	-12 °C
<i>Trachelospermum jasminoides</i>	jazmín estrella		
<i>Hedera helix</i>	pata de Hiedra	7-8-9-10-11	-17 °C
<i>Rosmarinus officinalis</i>	romero		
<i>Buxus sempervirens</i>	boj	7-8-9-10	-17 °C
<i>Gaura lindheimeri</i>	gaura		
<i>Lavandula angustifolia</i>	lavanda		
<i>Viburnum tinus</i>	durillo		
<i>Monstera deliciosa</i>	costilla de Adán	10-11-12	-17 °C
<i>Strelitzia augusta</i>	flor del paraíso		
<i>Hibiscus rosa-sinensis</i>	hibisco	10-11	-17 °C
<i>Nephrolepis cordifolia</i>	helecho serrucho		

Dentro de casa

Quizá te pasa como a mí y cuentas con poco o nada de espacio disponible en el exterior, con lo que tienes que buscar rincones con potencial dentro de casa. Te traigo una buena noticia: podrás tener especies a las que les costaría sobrevivir en el exterior. Por ejemplo, algunas de clima tropical o subtropical, como marantas, calateas, ciertas orquídeas o bromelias. Llámalas señoritas, pero estas plantas prefieren el confort térmico sobre todo (y buena luz, no te olvides). Tenerlas dentro de casa permite eliminar

de un plumazo factores tan determinantes como que se queden tiritando o les dé un golpe de calor.

Y es que dentro de casa, las oscilaciones serán menores, como en su lugar de origen, la selva tropical. Al fin y al cabo, a nosotros también nos gusta estar cómodos y que el rango de temperaturas no sea ni muy bajo ni muy elevado. De media, las temperaturas confort con humedad relativa media del 50 por ciento suelen oscilar entre los 20 y 26 °C dentro de casa, pero, claro, esto dependerá directamente de ti, sobre todo si eres de encender la estufa a todas horas o de poner el aire acondicionado a la mínima gota de sudor. Una planta tropical soporta de media entre los 15 y 18 °C. Así que si tu casa no es una cueva, ya puedes contar con algunas plantas más.

La humedad ambiental

A este factor le pasa como al anterior: dependerá de la propensión que tengas a conectar los aparatos de refrigeración. Si eres de este equipo, cuidado: tus plantas pueden verse afectadas directamente por ello, ya que tienen un poder increíble de secar el aire de tu casa.

Pero si no tenemos en cuenta ningún factor artificial, será el tipo de clima y la cercanía al mar (o a un río), entre otras cosas, lo que determine la humedad relativa media del ambiente y, por ende, el entorno donde vivirán tus plantas. Y sí, en interior también se nota. De hecho, hay plantas que lo notan un montón (las tropicales de las que hablábamos antes), sobre todo con el cambio de estación. Para que te hagas una idea, solemos diferenciar dos tipos de plantas a este respecto:

- **Plantas exigentes en humedad ambiental:** tropicales e hidrófitas.
- **Plantas resistentes:** todas las demás.

Una buena pista es conocer su exigencia hídrica. Si no le gusta pasar demasiada sed y que la riegues, probablemente disfrutará estando en ambientes más o menos húmedos. Al fin y al cabo, una planta adaptada a lluvias frecuentes será una planta exigente en humedad ambiental.



Para saber si la humedad de tu casa es más o menos alta, te propongo dos opciones:

- Ver si tu pelo se encrespa más de lo normal (cual Mónica de la serie *Friends* cuando se va de escapada a las islas Barbados)
- O hacerte con un higrómetro digital, que mide la temperatura (nos vendrá bien para el siguiente punto) y la humedad ambiental en porcentaje.

Por lo general, y sin tener en cuenta factores de riesgo asociados con los hongos, a las plantas tropicales les encanta que el ambiente contenga entre un 60% y 80% de humedad. Sin embargo, para la mayoría de plantas no se trata de un factor tan determinante como el de la luz. Incluso una *Marantha* puede vivir en ambientes del 50 por ciento de humedad si sus cuidados son adecuados. Otra cosa es que el dato que sueles ver en tu aparatito ronde siempre el 40 %. Si es así, verás como esa planta tropical que el primer día relucía tanto decide hablarte con su lenguaje de manchas raras, concretamente secando los bordes de las hojas.



Esto es lo que le pasa a una *Maranta* si la humedad ambiental baja.

Cuidado, porque hay bichitos y otros patógenos que aprovechan la situación de baja humedad para ir a saco a por esa planta, como los ácaros rojos. Los veremos luego con detalle. Si, por el contrario, la humedad permanece alta, además de que el sustrato permanece húmedo por más tiempo (ojo a la hora de regar en estos casos). Existe el riesgo de que otros seres aún más minúsculos que los ácaros se aprovechen: los hongos. Los veremos luego en detalle.

Otra cosa que hacen cuando falla el factor humedad es paralizar la emisión de brotes. Vamos, que se quedan paradas, les entra la pereza y terminan por no crear nuevas hojas.

Factores que reducen la humedad ambiental

Las estaciones del año y la dirección del viento: en verano y con vientos secos, la humedad ambiental es menor.

Radiadores, estufas, aire acondicionado, etc.: todos estos aparatos secan el ambiente.

Corrientes de aire: zonas de acceso, ventanas que se suelen abrir, etc.

Plantas aisladas.

Trucos que aumentan la humedad ambiental

Tener las plantas juntas, ya que la transpiración eleva la humedad del aire.

Colocar recipientes con agua o platitos con guijarros debajo de las macetas (además, también te puede servir para evitar derrames).

Hacerte con un humidificador.

Instalar una minifuenta ornamental.

Pulverizar regularmente tus plantas: mejor que sea de gota fina, para que tus plantas no permanezcan mojadas demasiado tiempo.

Cuando veas un síntoma de que la humedad ambiental no es la correcta, lo identificarás a la primera y, además, sabrás cómo remediarlo.

LA ORIENTACIÓN DE TU CASA

La importancia de la luz

Dicen que sin agua no sería posible la vida tal y como la conocemos. Pero déjame decirte que hay un factor incluso más determinante para la super-



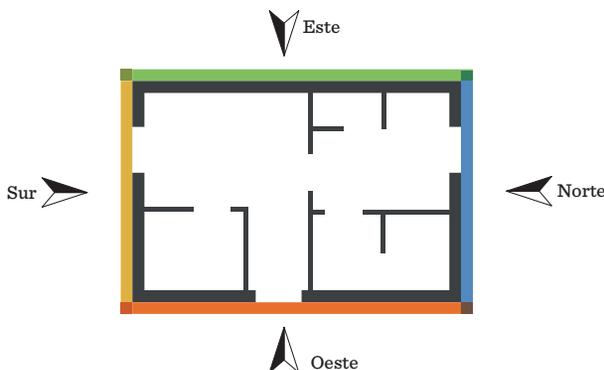
vivencia de una planta: la luz. Es fundamental para que las plantas hagan la fotosíntesis. Estas tienen la capacidad de capturar la energía de la luz a través de sus hojas, y lo hacen con una serie de reacciones muy complejas. Utilizan la luz para fabricar glúcidos (azúcar = energía) a partir del dióxido de carbono y del agua, y liberar oxígeno. Es decir, para que la planta obtenga energía en forma de azúcar necesita luz, dióxido de carbono y agua.

Y es que el agua es vida, incluso en este proceso. Si no hay agua, por ejemplo, las plantas cerrarán sus estomas (los poros por donde la planta intercambia gases con el exterior), el CO_2 no llegará a su destino y no habrá fotosíntesis. La luz, el dióxido de carbono y el agua forman un equipo de tres que juega en perfecta sintonía, pero, como uno de los tres falle, no hay premio: no hay energía para las plantas.

El tipo de luz

La orientación de tu casa determina lo luminosa, fresca o calurosa que es. O, dicho de otra forma, la cantidad y el tipo de luz que se proyecta en cada una de las habitaciones viene determinado por cómo incidirá el señor sol sobre ellas a lo largo del día y de las estaciones. Y si vas a tener plantas viviendo contigo, lo mejor es que estén cómodas, ¿verdad?

Para visualizarlo mejor, veamos el ejemplo práctico de una casa perfectamente cuadrada y sin vecinos (sin ningún obstáculo que tape la luz), la cual analizaremos según los cuatro puntos cardinales. Estas son las características de la luz que incide en la casa:



Norte: en esta orientación, el sol casi nunca da directo y te tienes que conformar con algo de sol durante la madrugada y al anochecer en verano. Ofrece una iluminación baja pero estable durante la mayor parte del día, con lo que es una buena opción para plantas con un bajo requerimiento lumínico, una alta humedad ambiental y terror al sol directo. La temperatura es más agradable en verano, pero, cuidado, porque los inviernos en esta zona son más fríos. Si el propietario tuviera un balcón con orientación norte, sus arbustos más exigentes no lucirán como toca. Por ejemplo, una buganvilla no se sentirá del todo cómoda y acabará mostrando pocas flores.

Sur: el sol incide todo el día en primavera, otoño e invierno. Esta habitación goza de buena luz durante todo el día y de calefacción natural en invierno. El propietario vive en Valencia, con lo que tendrá que ponerse alguna cortina que filtre esos rayos tan potentes en verano. Es la orientación más top para las plantas en cuanto a iluminación, tanto dentro como fuera de casa.

Este: el sol incide por la mañana. Es una excelente ubicación para no asarse durante el día y recibir esos rayos amables de sol en esas primeras horas del día, que a alguna que otra planta le pueden venir bien

Oeste: esta es la orientación del sol de tarde. En verano, la estancia puede ser muy calurosa, aunque en invierno puede llegar a ser muy reconfortante. Aquí los rayos de sol son más violentos, así que cuidado con las plantas delicadas.

La calidad y horas de la luz solar que reciben las distintas estancias de la casa variará con las estaciones. Por eso no le afectará igual un rayo de sol a una Monstera que entra por la ventana a las 14 h en pleno verano que en invierno. En el primer caso puede que alguna hoja termine quemándose si no está adaptada, pero en periodos donde el sol está más inclinado, estos rayos son bienvenidos por tu planta.

Ahora entremos a una de esas habitaciones. Por ejemplo, la que está orientada al oeste.



En la imagen se puede apreciar cómo se generan distintos ambientes luminosos dependiendo de cómo nos alejamos de las entradas de luz de la casa, en este caso, las ventanas. Podemos hacer una clasificación del tipo de plantas según la posición que tendrían respecto a la ventana:

- **Luz intensa:** plantas muy exigentes en cuanto a luz.
- **Luz media:** plantas exigentes y que toleran el sol directo.
- **Poca luz:** plantas que toleran luz menos intensa.

Caso práctico

Hasta aquí todo muy bien, pero ¿y si no sabes qué orientación tienes?
Haremos un ejercicio muy sencillo que te dirá de forma intuitiva
cómo es tu casa según el tipo de luz.

1. Traza unas líneas para dibujar (más o menos) el plano y la distribución de tu casa. Hazlo en planta (visto desde arriba) e identifica las habitaciones.
2. Usa una brújula digital (por ejemplo, la del móvil) para identificar la dirección en la que incide la luz y, por tanto, los puntos por donde entra: ventanas, balcón, puertas de acceso a la terraza, etc.

¡Voilà! En pocos minutos has pasado de vivir en la ignorancia lumínica a contar con un esquema superútil para ubicar tus plantas según su exigencia lumínica.

Consejo: tu libreta de plantas

Yo tengo una libreta en lo que apunto todo lo relativo a mis plantas y con el tiempo se ha ido convirtiendo en una herramienta imprescindible.

Simplemente, ve tomando notas sobre lo que aprendas, sin reglas y sin calendarios estrictos de riego ni nada de eso. Solo vuelca lo que tengas en la cabeza para poder consultarlo cuando lo necesites.
