

Sumario



Introducción

MIS PROFESORES, 12

- Lola, 12
- Milky, 13
- Ximo, 13

Plantas felices para humanos y gatos: un manual de supervivencia

EL BÁSICO DE LOS BÁSICOS: LA UBICACIÓN ES LA CLAVE, 14

CADA CASA ES UN MUNDO, 17

SEGUNDO FACTOR PARA TENER EN CUENTA: EL RIEGO, 20

- ¿Cuánto regar?, 20
- ¿Cada cuánto regar? Esa eterna pregunta..., 21
- El truco, 22

DÁNDOLES LA MEJOR BASE: EL SUSTRATO, 23

RECIPIENTES PARA TUS PLANTAS, 25

- Tamaño y espacio, 25
- Forma, 28
- Materiales, 28

ABONAR, 29

- Nutrientes esenciales para las plantas, 30
- La importancia de la materia orgánica, 31
- Formatos de abonado, 32

Gatos mataplantas y sus modos de acción

EL GATO EXCAVADOR, 36

- El acolchado: copiando a la naturaleza, 39
- Planta en densidad, 43
- Barreras físicas, 44

EL GATO RASCADOR, 47

EL GATO GOURMET, 49

- Abriendo el melón de las plantas tóxicas, 49
- Cómo saber si mi planta es tóxica, 50
- ¿Son todas las plantas igual de tóxicas?, 55
- Tóxicos habituales, 57
- Plantas que evitar si tienes felinos. Plantas que sí son peligrosas en interacciones cortas, 61
- Listado de plantas seguras y no seguras para gatos, 67
- Listado de plantas tóxicas, 67
- Listado de plantas no tóxicas, 68
- ¿Qué hacer si mi gato se come las plantas?, 73

Arquitectura anti-gato: estrategias para poner a salvo tus plantas de tu gato

ESTANTERÍAS, 75

CESTAS COLGANTES, 77

MACETAS DE PARED Y JARDINES VERTICALES, 78

- Plantas aptas para macetas colgantes, estantes y macetas de pared y jardines verticales, 80

VITRINAS Y TERRARIOS, 82

- Algunos accesorios útiles, 82

Oasis gatuno

ELIGIENDO LAS PLANTAS ADECUADAS PARA TU GATO, 86

EL RINCÓN ESTIMULANTE: LA MENTA GATERA, 89

- Cultívala, 89

OTRAS PLANTAS INTERESANTES, 90

- El matatabi, 90
- La valeriana, 90

EL RINCÓN COMESTIBLE:

LA HIERBA GATERA, 93

- Cultívala, 93

Tratamientos seguros

SOBRE LOS ABONOS Y FERTILIZANTES, 97

SOBRE LOS TRATAMIENTOS PARA PLAGAS Y ENFERMEDADES, 98

Cuidados de algunas plantas seguras y de fácil convivencia para gatos y sus cuidados

INTERIOR

- Ceropogia, 106
- Epiphyllums (*Epiphyllum anguliger*), 109
- Fatsia. La aralia (*Fatsia japonica*), 112
- Helechos (Helecho de Boston *Nephrolepis exaltata* «Bostoniensis»), 116
- Marantaceae (*Maranta leuconeura*), 118
- Orquídeas (*Orquídea phalaenopsis*), 121

- Pachira aquatica, 127
- Peperomias (*Peperomia polybotrya*), 129
- Pileas (*Pilea peperomioides*), 132
- Platanero (*Musa acuminata*), 135

EXTERIOR

- Albahaca (*Ocimum basilicum*), 139
- Caléndula (*Calendula officinalis*), 142
- Camelias (*Camellia japonica*), 144
- Cilantro, 146
- Fresas, 149
- Jazmines (*Jasminum grandiflorum*), 153
- Plumbagos (*Plumbago*), 155
- Salvias (*Salvia rosmarinus* aka romero), 158
- Sedums (*Sedum morganianum*), 161
- Tomillo (*Thymus vulgaris*), 163

Reconocimientos 167





Introducción

Paso bastante tiempo en Instagram, es un canal que utilizo para divulgar sobre plantas y para dar a conocer mi trabajo en Plantea en verde. Este es un proyecto que empezó en su día —hace ya más de 10 años— como una tienda online especializada en productos para el huerto urbano, pero, poco a poco, mi parte de educadora ambiental fue pesando más y el proyecto se acabó convirtiendo en lo que es hoy en día: una plataforma de cursos y recursos educativos para hacer que cultivar un huerto y cuidar de tus plantas sea una experiencia fácil, bonita y divertida. Parte de mi trabajo diario consiste en aprender, escribir y hablar de plantas y para ello las necesito tener cerca. Como te decía, una parte de estos aprendizajes, escritos y turras sobre plantas acaban en Instagram. No hago *unboxings* ni salgo bailando (sobre todo porque heredé de mi madre el poco oído para seguir el ritmo de la música y prefiero ahorrarle a la humanidad el espectáculo), pero sí que hay algo ajeno al mundo de la botánica que se suele colar en mis vídeos de forma bastante irremediable: mis gatos. En parte porque siempre están en medio cuando tengo que grabar, en parte porque son demasiado guapos y es algo que creo que todo el mundo debería ver. También me suben el *engagement* de la cuenta de forma pasmosa,

pero te prometo que ese no es el motivo por el que comparto sus fotos y vídeos. El caso es que cada vez que Lola o Ximo —así se llaman mis gatos— aparecen para robarme los *likes*, recibo toda una batería de preguntas del estilo de: ¿no se comen tus plantas?, ¿no las tiran?, ¿no te preocupa que se intoxiquen? (las repuestas a estas preguntas serían: algunas sí; más de lo que me gustaría; por suerte, ya no). Ver que no era la única a la que le habían preocupado estas cuestiones me llevó a ir recopilando todas las técnicas, recursos y documentación que había ido utilizando a lo largo de los años para conseguir que mis gatos y mis plantas fueran capaces de cohabitar sin —demasiados— sobresaltos. Algunos de los conceptos que encontrarás en este libro son fruto del ensayo-error, y debes saber que ha habido unas cuantas bajas botánicas tras estas líneas que estás leyendo, otros son el trabajo de mucho tiempo de investigación, consultas de libros infumables de veterinaria y apuntes de toxicología de la carrera, porque atañen a temas más serios en los que prefería no aprender por experiencia. La toxicidad de las plantas es un tema que suele preocupar bastante a todos los dueños de mininos que conozco, así que quiero que sepas que me lo he tomado muy en serio.

MIS PROFESORES

Al final de este libro encontrarás referencias bibliográficas, cuentas de redes sociales y recursos interesantes que pueden ayudarte a profundizar en diferentes temas del libro y que mí me han ayudado mucho. Pero me sentiría una tremenda impostora si no les diera el reconocimiento que se merecen a mis profesores más aplicados:

Lola

- ~ **Nacimiento:** 2017, Inglaterra.
- ~ **Historia de adopción:** Vimos un anuncio de una casa de acogida: 7 hermanitos para adoptar. Cuando llegamos ella era la única que quedaba —los gatos negros son siempre los últimos en ser adoptados—. No saben lo que se perdieron.
- ~ **Características destacables:** Blandita y suave, pero también pincha. Necesita ponerse a dieta, pero se estresa muchísimo cuando lo intentamos.
- ~ **Materia de expertise:** Comer plantas y dormir sobre semilleros.



Milky

- ~ **Nacimiento:** 2019, Barcelona
- ~ **Historia de adopción:** Nada más entrar al centro de acogida, sacó la pata de su jaula para tocarme suavemente el brazo. Me escogió él.
- ~ **Características destacables:** su pelo era corto y áspero, como el de un caballo, y era el gato más cariñoso que he conocido nunca. Le gustaba dormir en el recogedor.
- ~ **Materia de expertise:** Volcar macetas que están en su camino.
- ~ Murió al año de estar con nosotros por una enfermedad incurable que tenía desde peque, me acuerdo mucho de él.



Ximo

- ~ **Nacimiento:** 2022, Valencia
- ~ **Historia de adopción:** Vivía en una colonia felina hasta que se hizo una herida en la pata. Cuando unos voluntarios lo recogieron para operarlo se dieron cuenta de que era muy sociable y buenote. Así que decidieron buscarle familia, fuimos nosotros.
- ~ **Características destacables:** Es una vaquita muy suave y simpática, pero no tiene ni una buena idea. A veces creo que tendría que haberlo llamado Plomo porque nadie le gana a pesado. Se nota que vivió en la calle porque no podemos dejar comida a la vista.
- ~ **Materia de expertise:** Todas: comer, escarbar, rasgar, lanzar, trepar...



Plantas felices para humanos y gatos: un manual de supervivencia

A ver, los gatos pueden ser unos verdaderos maplantas, pero no vale echarles la culpa de todo: muchas plantas mueren por negligencias humanas. Así que me parecía importante empezar este libro intentando que eso deje de ser así. En este capítulo encontrarás una pequeña y sintetizada guía que te dará unas primeras pinceladas sobre los cuidados básicos de tus plantas.

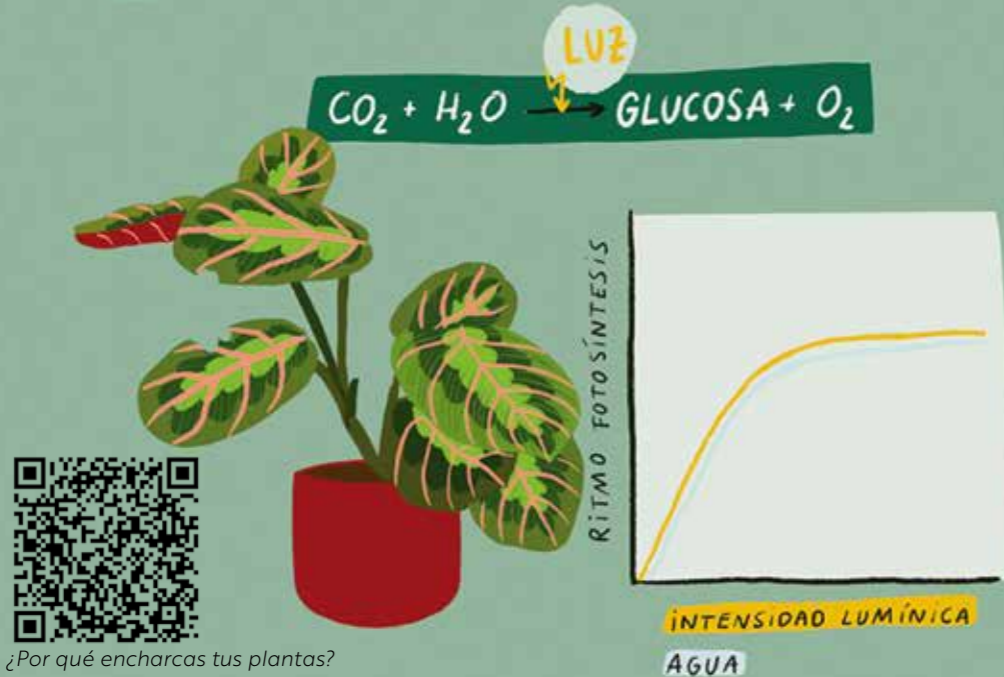
EL BÁSICO DE LOS BÁSICOS: LA UBICACIÓN ES LA CLAVE

La primera norma para tener una jungla de interior, huerto o jardín en condiciones, es estudiar tu espacio y adaptar la selección y localización

de plantas a este. Entre todos los factores a tener en cuenta, la luz es el primer factor que debes considerar a la hora de escoger las plantas y su localización. Y es que antes de lanzarte y comprar esa planta tan bonita que te has encontrado paseando, conviene que te tomes un momento para estudiar un poco la luminosidad de tu espacio, para saber 100 % seguro si esta planta tiene cabida en él. Y es que solo hay un tipo de plantas que pueden permanecer inmutables en una habitación a oscuras: las de plástico. El resto, todas aquellas vivas, necesitan luz para crecer, unas más y otras menos, pero todas la necesitan. De la misma manera que los humanos necesitamos comer para funcionar, las plantas necesitan luz para realizar la fotosíntesis. Es su comida. Sin una iluminación adecuada, las plantas se debilitan y pueden llegar a morir. Para las plantas de interior, la falta de luz es la principal causa de muerte junto al exceso de riego, así que es importante saber colocarla en un lugar que la alimente a largo plazo.



LA FÓRMULA MÁGICA



¿Por qué encharcas tus plantas?

Existe una fórmula mágica (o al menos lo parece) que nos va a ayudar a entender y cuidar a nuestras plantas como nadie: la de la fotosíntesis. Todos la hemos estudiado en diferentes momentos de nuestra vida, pero veo que muchas veces cuesta «bajarla» a la realidad del día a día y al cuidado de nuestras plantas. Así que vamos allá.

La luz es el desencadenante, el rayo de vida, de una reacción química en la cual la planta coge CO_2 de la atmósfera, lo une a unas cuantas moléculas de agua y se genera su propio alimento (en forma de glucosa) y oxígeno, que emite a la atmósfera. Esta comida la utilizan, como nosotros, para obtener energía y con ella crear sus estructuras. Es decir, que si queremos que nuestra planta crezca, debe contar con buena luz.

Si ves la gráfica, a más luz el ritmo de la fotosíntesis es mayor, hasta llegar a un punto (particular de cada planta) en el que mayor intensidad

no implica mayor ritmo de fotosíntesis. Esta curva es más alta o más baja según la planta y según la intensidad lumínica en la que se sienta más cómoda, pero siempre sigue este mismo patrón: sube, sube, sube y se mantiene.

Para poder mantener un ritmo de fotosíntesis acorde a la luz que recibe, la planta necesita otro de los ingredientes principales: el agua. Por eso, podemos ver que su consumo es equivalente al de la intensidad de luz. Si la planta no tiene suficiente luz para realizar esta reacción a buen ritmo, su consumo de agua es muy muy bajito, ¿para qué la iba a querer? Es por eso por lo que, muchas veces, el encharcamiento de raíces no viene tanto dado por un exceso de riego como por una falta de luz, que hace que la planta no necesite beber tanta agua y le sobren todos esos aportes que le haces. Si sueles matar a tus plantas por encharcamiento, prueba a darles más luz.

Es por eso por lo que, a la hora de empezar tu jungla de interior, vale mucho la pena que tengas controladas las diferentes cantidades y calidades de luz de tus estancias, así podrás crearte un mapa mental con diferentes zonas donde se adaptaran mejor diferentes plantas.

CADA CASA ES UN MUNDO

La orientación, la altura a la que se encuentra tu piso, la presencia de edificios altos alrededor, el tamaño de las ventanas... Hay infinidad de factores que afectan a la cantidad de luz que recibe una estancia, una terraza o un jardín. Es importante que dediques un tiempo a observar las horas de luz de tu espacio y mi recomendación es que lo hagas incluso durante las diferentes temporadas del año. También es importante tener en cuenta a qué hora da la luz, ya que su intensidad varía dependiendo de ello. Coge papel y boli (o ábrete una nota en el móvil) y práctica tus dotes de observación.

Para cada estancia con luz natural en la que quieras poner plantas, apunta:

- ¿Cuántas horas de luz recibe?
- ¿Qué tipo de luz?
- ¿A qué horas?

Repite esto durante las diferentes estaciones y tendrás una idea clara de dónde podrás poner plantas y de qué tipo.

Al estudiar el espacio, es importante identificar las zonas con luz natural directa y las zonas con luz indirecta. La luz natural directa

es aquella que proviene directamente del sol y puede ser intensa, especialmente en las horas centrales del día de los meses de verano. Pero hay que tener en cuenta que no todas las luces directas son iguales: la luz directa de primera hora de la mañana o la de los meses de invierno, cuando los rayos del sol inciden de forma más inclinada, son más suaves, al igual que la luz directa en interior, que se ve filtrada a través de los cristales. Es por esto último por lo que muchas especies conocidas por «no soportar los rayos del sol», en interior lo disfrutaban muy a gusto. Las plantas que requieren altos niveles de luz, como las suculentas o las plantas que cultivamos por sus flores o sus frutos suelen necesitar ubicarse en exterior en zonas con luz directa, siendo complicado su cultivo en interior, a no ser que contemos con luces de crecimiento. Por otro lado, las zonas con luz indirecta son aquellas donde la luz solar no llega de forma directa, sino que se filtra a través de cortinas, persianas o edificios cercanos. Esta luz es menos intensa pero aun así proporciona suficiente energía para que las plantas realicen la fotosíntesis. Hay que tener en cuenta que la luz indirecta también engloba un buen abanico de intensidades: de nuevo, no es lo mismo la calidad e intensidad de una luz indirecta en exterior, a la sombra de una vegetación, que la luz indirecta con la que podemos contar en interior. Ten en cuenta también que cada metro que nos alejemos de las ventanas, implica una pérdida importante de intensidad de la luz. Plantas como los Philodendron o las Calathea prefieren estas condiciones de luz indirecta y pueden crecer felices en áreas donde la luz directa es limitada. Las zonas de baja luz, aquellas en las que prácticamente no se generan sombras y están muy alejadas de las ventanas, no suelen ser suficientes para ninguna planta.



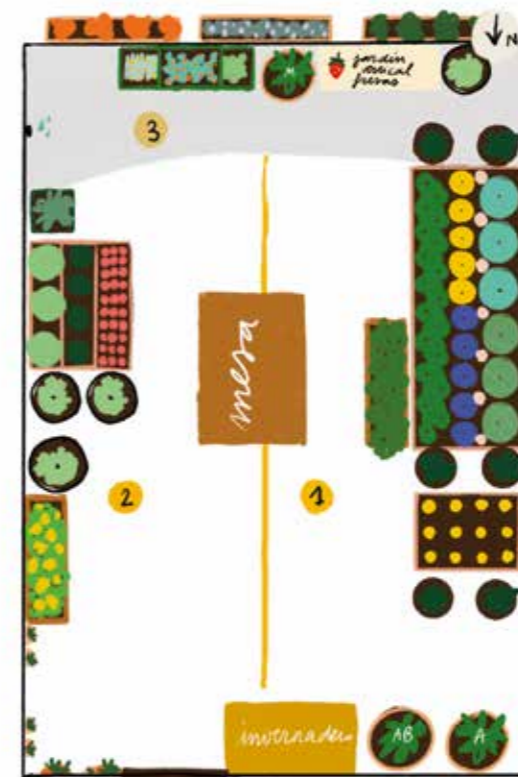
- **Sur:** la orientación más luminosa. Luz directa todo el día.
- **Este:** luz directa por la mañana.
- **Oeste:** luz directa por la tarde.
- **Norte:** la orientación menos luminosa. No recibe luz directa.

1. **Luz directa:** frente a la ventana o 1 metro como máximo de una ventana con sol directo.
2. **Luz brillante indirecta:** un par de metros alejado de la ventana con sol directo o frente a una ventana con luz tamizada.
3. **Luz media:** todavía genera sombras, pero estamos a más de 2 metros de una ventana con sol directo.
4. **Baja luz:** rincones oscuros y muy alejados de la ventana: solo es apta para plantas que cuenten con luces de crecimiento.



Síntomas de que a tus plantas les falta luz

Una vez realizado este mapa, podrás hacerte con plantas que se adapten bien a esa zona en concreto y te resultará más fácil mantenerlas sanas que si haces el proceso al revés: hacerte con plantas sin conocer sus necesidades y disponerlas al tuntún por la casa.



1. Zona con luz directa de mañanas.
2. Zona con luz directa de tardes.
3. Zona siempre sombreada.

Pero ojo, la luz no es el único factor para tener en cuenta a la hora de escoger el espacio. Hay rincones que son un gran **NO** para las plantas, por mucha luz que tengan.

Apunta:

- Delante o sobre radiadores, ¡evaporan el agua en un pis pas!
- En zonas con mucha corriente.
- Bajo el chorro del aire acondicionado.