

Ar puro dentro de casa

**10 PLANTAS
PARA CULTIVAR**

Zelia Diana



Por que ter plantas em casa?

Com o aumento da poluição nas cidades, a qualidade do ar dentro de casa se tornou uma preocupação crescente. Muitas substâncias tóxicas presentes em móveis e produtos de limpeza comprometem o ambiente interno. A boa notícia é que, ao cultivar plantas purificadoras de ar, podemos melhorar significativamente a qualidade do ar em nossos lares. Além de trazerem beleza e bem-estar, essas plantas são fáceis de cuidar e ajudam a remover toxinas do ambiente, criando um espaço mais saudável e agradável. Seguem 10 opções ideais para esse propósito, com cuidados simples e benefícios notáveis.



1. Espada-de-São-Jorge

Sansevieria trifasciata

- Toxicidade: Sim, é tóxica para animais (principalmente gatos e cães), pode causar vômito e diarreia se ingerida.

A Espada-de-São-Jorge é uma das plantas mais resistentes e eficazes na purificação do ar. Ela é capaz de absorver toxinas como formaldeído, benzeno e tricloroetileno. Ideal para ambientes internos, ela tolera bem condições de baixa luminosidade, mas cresce melhor com luz indireta. Esta planta requer pouca manutenção, já que pode sobreviver com pouca água. Regue-a uma vez por semana, ou até mesmo menos, pois ela é sensível ao excesso de água. A Espada-de-São-Jorge prefere solo bem drenado, e a adubação pode ser feita a cada 2 ou 3 meses, utilizando fertilizante balanceado para plantas de interior. Não é exigente em relação à umidade, o que a torna ainda mais prática para quem não tem tempo para cuidados intensivos.

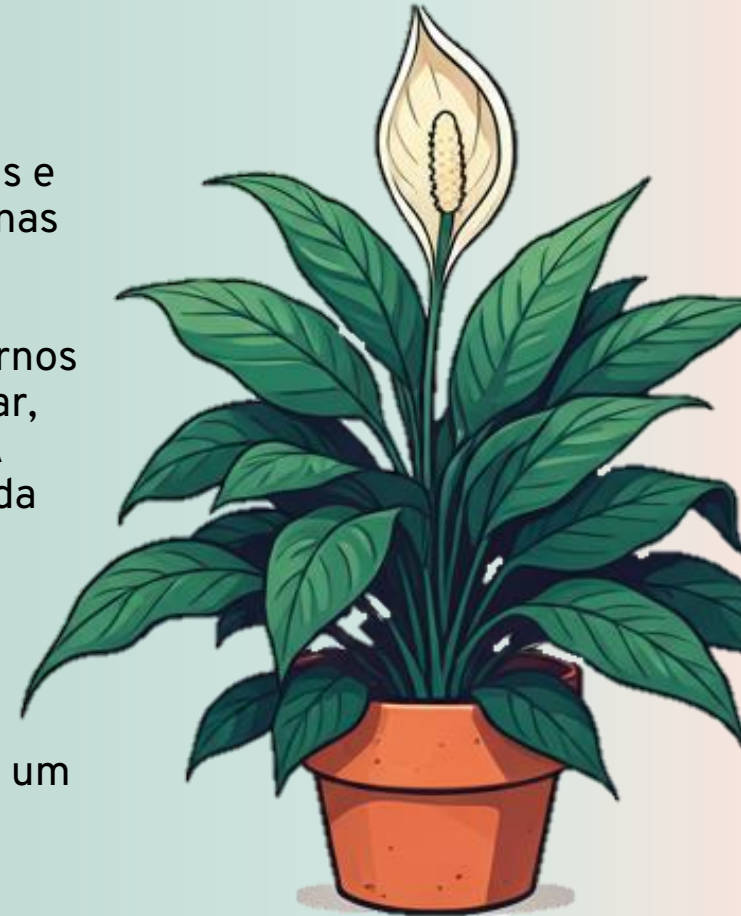


2. Lírio-da-paz

Spathiphyllum spp.

- Toxicidade: Sim, é tóxica para animais, podendo causar irritações na boca e no trato gastrointestinal.

O Lírio-da-paz é conhecido por suas flores brancas e pela capacidade de purificar o ar, removendo toxinas como amônia, formaldeído e benzeno. Esta planta adora luz indireta e um ambiente com umidade moderada, tornando-se ideal para ambientes internos como salas e banheiros. Ela precisa de rega regular, mas é importante não deixar o solo encharcado. A rega deve ser feita a cada 7-10 dias, dependendo da temperatura e umidade. Quanto à adubação, pode-se fertilizá-la mensalmente com um adubo líquido, especialmente durante a primavera e o verão, quando está em fase de crescimento ativo. Para manter suas folhas verdes e viçosas, é recomendado que o Lírio-da-paz seja mantido em um ambiente com umidade alta ou que seja borrifado com água para aumentar a umidade ao redor.



3. Jiboia

Epipremnum aureum

- Toxicidade: Sim, é tóxica para animais (especialmente cães e gatos) podendo causar irritações na boca e no trato gastrointestinal.

A Jiboia é uma planta trepadeira que pode ser cultivada em vasos suspensos ou como planta de interior em suportes. Ela é muito eficaz na purificação do ar, especialmente em ambientes com pouca luz, e pode remover substâncias como formaldeído, benzeno e xileno. A Jiboia é de fácil manutenção e pode ser regada uma vez por semana ou quando o solo estiver seco. Embora prefira luz indireta, ela pode tolerar algumas horas de luz direta, mas sem exageros. Não necessita de adubação frequente, sendo recomendado fertilizá-la a cada 2-3 meses com um adubo balanceado. A Jiboia pode ser propagada por estacas, o que a torna uma planta bastante prática para quem gosta de compartilhar plantas com amigos e familiares.



4. Areca-bambu

Dypsis lutescens

- Toxicidade: Não é tóxica para animais.

A Areca-bambu é uma palmeira de interior muito popular por sua beleza e por suas propriedades purificadoras do ar. Ela é eficaz na remoção de toxinas como o formaldeído e é ideal para dar um toque tropical e elegante ao ambiente. Ela prefere luz indireta, mas pode tolerar alguma luz direta. Para o cultivo, a rega deve ser feita de forma regular mantendo o solo úmido, mas sem encharcar. A Areca-bambu aprecia um ambiente com umidade relativa alta, então, se o ambiente for muito seco, é interessante borrifar as folhas com água. A adubação deve ser feita uma vez a cada 2 meses, usando um fertilizante líquido balanceado. Ela pode crescer bastante, por isso é importante escolher um local com espaço suficiente para seu desenvolvimento.



5. Cacto-de-pedra

Crassula ovata

- Toxicidade: Sim, é levemente tóxica para animais, especialmente cães.

A *Crassula ovata*, ou planta jade, é uma suculenta de fácil cuidado que ajuda a purificar o ar ao eliminar toxinas e criar um ambiente saudável. Ela prefere ambientes bem iluminados, podendo até tolerar algumas horas de luz solar direta. No entanto, deve ser protegida de luz intensa no período mais quente do dia para evitar queimaduras nas folhas. A rega deve ser feita com moderação, pois essa planta é suscetível ao apodrecimento das raízes se o solo permanecer constantemente encharcado. Uma rega a cada 10-15 dias é geralmente suficiente, dependendo da estação do ano. A adubação deve ser feita uma vez a cada 2-3 meses durante a primavera e verão. Como as suculentas armazenam água nas folhas, elas são ideais para quem tem pouca disponibilidade para regar plantas frequentemente.



6. Pothos

Epipremnum aureum

- Toxicidade: Sim, é tóxica para animais (gatos e cães), podendo causar problemas digestivos se ingerida.

O Pothos é uma planta trepadeira muito resistente e fácil de cuidar, sendo também uma excelente opção para purificar o ar. Ele é eficaz na remoção de toxinas como benzeno, formaldeído e xileno. Esta planta pode prosperar em ambientes com pouca luz, sendo muito popular para escritórios e salas sem janelas. Requer pouca água, com rega semanal ou quando o solo estiver seco. O Pothos também pode ser mantido em ambientes mais úmidos, mas é importante evitar o excesso de água. A adubação é simples, devendo ser realizada uma vez por mês com um adubo balanceado. Se o objetivo for propagação, o Pothos pode ser facilmente multiplicado por estacas.



7. Raphis

Rhapis excelsa

- Toxicidade: Não é tóxica para animais.

O Rapis é uma palmeira compacta e elegante que se adapta bem a ambientes internos. Ela é eficaz na purificação do ar, removendo formaldeído e benzeno. Prefere ambientes com luz indireta e não tolera luz solar direta por períodos prolongados. A rega deve ser feita regularmente, mas com moderação, garantindo que o solo esteja úmido, mas não encharcado.

A planta também se beneficia de umidade elevada, o que a torna ideal para locais com clima mais úmido, como banheiros. A adubação pode ser feita uma vez por mês durante a primavera e verão, usando fertilizantes líquidos específicos para plantas de interior.



8. Ficus elastica

Ficus elastica

- Toxicidade: Sim, é tóxica para animais, especialmente cães e gatos.

O Ficus elastica é uma planta bastante popular em interiores devido à sua aparência vistosa e ao fato de ajudar a purificar o ar. Ela pode remover toxinas como formaldeído e benzeno, além de adicionar um toque de verde vibrante ao ambiente. Esta planta prefere luz indireta, mas pode tolerar luz direta em doses moderadas. A rega deve ser feita de forma regular, mas sem encharcar o solo. Durante o inverno, a rega pode ser reduzida. A adubação pode ser feita a cada 2 meses, com um fertilizante equilibrado. O Ficus elastica precisa de um solo bem drenado e é sensível a mudanças bruscas de temperatura, por isso deve ser mantido em um ambiente com temperatura estável.



10. Palmeira-de-leque

Livistona rotundifolia

- Toxicidade: Não tóxica para animais.

A Palmeira-de-leque é uma planta elegante e de fácil manutenção, que pode ser cultivada em interiores, sendo ideal para quem deseja uma planta que purifique o ar. Ela necessita de luz indireta e deve ser mantida em um ambiente com boa circulação de ar. A rega deve ser regular, mas sem excesso de água. Uma rega semanal é o ideal, permitindo que o solo seque um pouco entre as regas. A adubação pode ser realizada a cada 2 meses durante a primavera e verão. A Palmeira-de-leque também é resistente a pragas, tornando-a uma excelente escolha para ambientes internos.



Obrigada por chegar até aqui!

Agradecemos imensamente por sua atenção ao longo deste eBook. Esperamos ter contribuído para o seu conhecimento e para a melhoria da qualidade do ar em seu lar.

O conteúdo foi gerado pela IA Chat-GPT 4, as imagens pela IA Gemini 1.5, e todo o material foi editado por uma humana muito gente boa.

Este eBook não possui direitos autorais e está disponível para livre distribuição. Sinta-se à vontade para compartilhar e aplicar as dicas apresentadas para criar um ambiente mais saudável e agradável. Agradecemos novamente e desejamos muito sucesso em sua jornada para um lar mais verde e puro!

Zelia Diana

[ZeliaDiana/DIO: Projetos da plataforma DIO](#)