

GUIA COMPLETO DE PLANTIO

O que plantar em cada mês do ano



Cultivar com intenção.
Nunca por acaso.

CAYANA
.ORG

MANIFESTO

Comece com poucas plantas.
Observe.
Ajuste.

Cultivar é atenção.
Não é pressa.

CAYANA
CULTIVAR COM INTENÇÃO, NUNCA POR ACASO.



COMO USAR ESTE GUIA

Este ebook não é um calendário rígido.
Ele é um guia de leitura do tempo, do
clima e da planta.

Use os meses como orientação.
Use a observação como regra.

Você não precisa plantar tudo.
Precisa plantar com atenção.

Janeiro

Clima

Verão intenso, com altas temperaturas e chuvas frequentes em boa parte do Brasil.

O que plantar

Abóbora, feijão, repolho, rabanete, pimentão, couve, espinafre, alface, agrião, beterraba.

Por que plantar agora

O calor acelera a germinação de plantas tropicais e de ciclo rápido. O solo está biologicamente ativo, favorecendo raízes e folhas vigorosas.

Cuidados

No verão, o cuidado começa pela observação diária da umidade do solo. Antes de regar, toque a terra com os dedos: se estiver úmida alguns centímetros abaixo da superfície, não regue. Regas excessivas abafam as raízes, tiram oxigênio do solo e favorecem fungos. O ideal é regar profundamente, mas com intervalos, estimulando raízes a crescerem mais fundo.

Outro ponto essencial é o controle do sol direto. Muitas hortaliças sofrem com o sol do meio-dia. Se perceber folhas queimadas nas bordas ou murchas mesmo com solo úmido, utilize sombrões leves, tecidos finos ou posicione vasos onde recebam sol da manhã e sombra parcial à tarde.

As chuvas frequentes exigem atenção à drenagem. Certifique-se de que vasos tenham furos livres e que canteiros não acumulem água. Um solo bem drenado evita apodrecimento das raízes e mantém a planta saudável mesmo em períodos chuvosos.



Fevereiro

Clima

Calor intenso e alta umidade, com chuvas ainda frequentes.

O que plantar

Tomate, berinjela, pimentão, pepino, ervilhas (em regiões mais amenas).

Por que plantar agora

As plantas aproveitam o calor e a luminosidade para crescer rapidamente, iniciando ciclos produtivos antes do outono.

Cuidados

Fevereiro exige atenção especial ao controle de doenças fúngicas, comuns em ambientes quentes e úmidos. Manchas amareladas, pontinhos escuros ou pó esbranquiçado nas folhas são sinais de alerta. Evite molhar as folhas ao regar e priorize regas direto no solo, sempre pela manhã.

O tutoramento é fundamental para plantas como tomate e pimentão. Sustentar os caules evita que frutos encostem no solo, reduz doenças e melhora a circulação de ar. Use estacas, barbantes ou estruturas simples, sempre amarrando com folga para não estrangular o caule.

Adubações leves e frequentes ajudam no desenvolvimento. Prefira matéria orgânica bem curtida, como húmus de minhoca, aplicada ao redor da planta, sem encostar diretamente no caule.



Março

Clima

Transição para o outono, temperaturas mais amenas e menos chuvas.

O que plantar

Alho, alface, chicória, couve-flor, salsa, espinafre, brócolis, cenoura, repolho, salsão.

Por que plantar agora

O clima mais equilibrado favorece hortaliças de folhas e raízes, reduzindo estresse térmico.

Cuidados

Com a redução das chuvas, a gestão da irrigação se torna mais precisa. Observe folhas caídas e sem brilho — sinal de falta de água — ou folhas amareladas e moles — sinal de excesso.

A planta sempre “fala”; cabe ao cultivador escutar.

Março é ideal para cobertura do solo (mulching). Palha seca, folhas secas, casca de pinus ou restos de poda ajudam a manter a umidade, proteger microrganismos e evitar erosão. Essa camada também reduz o crescimento de ervas daninhas.

Aproveite para fortalecer o solo com compostagem leve, preparando as plantas para ciclos mais longos no outono.



Abril

Clima

Temperaturas mais baixas e clima mais seco em muitas regiões.

O que plantar

Repolho, espinafre, beterraba, agrião, rúcula, nabo.

Por que plantar agora

As plantas crescem de forma mais controlada, desenvolvendo folhas e raízes mais firmes.

Cuidados

Abril é um mês de ajuste fino, e o cuidado principal aqui é aprender a desacelerar junto com a planta. Com temperaturas mais amenas e menos evaporação, a necessidade de água diminui de forma real. Antes de regar, faça sempre o teste do solo: enfeie o dedo de 3 a 5 cm e sinta. Se ainda estiver fresco e úmido, espere. Regas frequentes demais nesse período fazem a raiz “ficar preguiçosa”, se mantendo superficial, o que deixa a planta mais sensível a qualquer variação de clima ou falta pontual de água. O objetivo é estimular raízes mais profundas e estáveis. A nutrição em abril deve ser equilibrada e consciente. Diferente do verão, a planta não precisa de grandes estímulos.



Misture pequenas quantidades de matéria orgânica bem curtida ao solo — húmus de minhoca ou composto orgânico são ideais — sempre incorporando levemente à camada superficial, sem deixar o adubo concentrado. Excesso de matéria orgânica, principalmente rica em nitrogênio, faz a planta produzir muitas folhas moles, que quebram fácil e ficam mais vulneráveis a pragas e doenças. Em abril, menos é mais: nutrição constante, mas suave.

O clima ameno favorece pragas silenciosas, que se instalam sem chamar muita atenção no início. Por isso, o cuidado aqui é inspeção regular, não reação tardia. Olhe o verso das folhas, principalmente as mais novas, onde pulgões e lagartas começam. Folhas enroladas, furinhos pequenos ou brilho pegajoso são sinais precoces.

Se perceber cedo, a solução costuma ser simples: retirada manual, jato de água ou uma aplicação leve de solução orgânica no fim da tarde.

Esse acompanhamento frequente evita que um pequeno problema vire uma infestação difícil de controlar e mantém o cultivo saudável sem exageros.

Maio

Clima

Outono consolidado, noites mais frias.

O que plantar

Beterraba, brócolis, repolho, rúcula, nabo, cenoura, chicória.

Por que plantar agora

Plantas de clima fresco se desenvolvem melhor, com crescimento constante e saudável.

Cuidados

A irrigação em maio realmente precisa ser moderada, mas o ponto central aqui é aprender a ler o solo com mais precisão. Com noites mais frias, a evaporação diminui bastante, então regar no automático é um erro comum. Antes de regar, toque o solo alguns centímetros abaixo da superfície: se ainda estiver úmido, aguarde. Regar pela manhã continua sendo a melhor opção, porque permite que o excesso de umidade evapore ao longo do dia, reduzindo o risco de fungos e mantendo o ambiente das raízes mais saudável.

Em regiões onde o frio e o vento aparecem com mais força, o cuidado não é "esquentar" a planta, mas evitar estresse. Ventos frios ressecam folhas e retardam o crescimento.

Posicione vasos próximos a paredes, muros ou cercas que funcionem como quebra-vento, ou use barreiras naturais com outras plantas. Para mudas muito jovens, esse detalhe faz grande diferença na adaptação e no enraizamento.

A leitura das folhas em maio é um excelente termômetro do equilíbrio nutricional. Folhas pequenas, pálidas ou com crescimento lento costumam indicar solo pobre ou adubação insuficiente. Já folhas grandes demais, muito verdes e frágeis indicam excesso de nitrogênio, o que deixa a planta mais suscetível a pragas e doenças. O ajuste deve ser gradual: pequenas correções, observadas ao longo dos dias, respeitando o ritmo mais calmo que o outono impõe ao cultivo.



Junho

Clima

Início do inverno em muitas regiões.

O que plantar

Agrião, beterraba, brócolis, alho-poró, couve-flor, cenoura, ervilha.

Por que plantar agora

Essas culturas toleram temperaturas mais baixas e se desenvolvem bem nesse período.

Cuidados

No início do inverno, o principal ajuste está na redução consciente das regas. Como o frio diminui a evaporação, o solo permanece úmido por mais tempo, e repetir a rotina do verão pode sufocar as raízes. Antes de regar, verifique sempre a umidade alguns centímetros abaixo da superfície. Se o solo ainda estiver fresco e úmido, aguarde. Regar menos, porém no momento certo, mantém as raízes saudáveis e evita doenças comuns do inverno.

A cobertura morta ganha ainda mais importância em junho. Além de reduzir a perda de umidade, ela funciona como um isolante térmico, protegendo as raízes das oscilações de temperatura entre o dia e a noite. Palha seca, folhas secas ou restos vegetais são suficientes.

Aplique ao redor da planta, sem encostar no caule, criando um ambiente mais estável e favorável ao desenvolvimento radicular.

O crescimento mais lento nessa época é esperado e faz parte do ciclo natural da planta. Tentar "compensar" isso com excesso de adubação costuma gerar mais problemas do que benefícios. Em vez de forçar, mantenha uma nutrição leve e espaçada, observando a coloração e a firmeza das folhas. Plantas bem ajustadas ao ritmo do inverno atravessam essa fase mais fortes e retomam o crescimento com muito mais vigor quando a temperatura volta a subir.



Julho

Clima

Inverno pleno em grande parte do país.

O que plantar

Almeirão, alface, rúcula, ervilha, repolho.

Por que plantar agora

Hortaliças de folhas apreciam o frio e produzem folhas mais firmes e saborosas.

Cuidados

Garanta boa luminosidade de forma prática: em julho, a planta precisa "ver" sol direto por algumas horas para produzir folha firme. Coloque vasos e jardineiras no ponto mais ensolarado da casa (janela norte, varanda, quintal) e observe o comportamento ao longo do dia: se a planta "inclina" buscando luz ou fica com folhas沿ongadas e espaçadas, está faltando sol. Em canteiro, prefira áreas sem sombra de muro e árvore no período da manhã. Se a luz for limitada, reduza a quantidade de mudas por vaso para evitar competição e escolha folhas mais tolerantes (almeirão e rúcula tendem a aguentar melhor que alface em pouca luz).



No frio, o maior erro é regar no automático. Antes de regar, enfile o dedo 2 a 3 cm na terra: se ainda estiver úmida, espere. Regue sempre pela manhã, direto no solo, para que o excesso evapore ao longo do dia e não fique "gelado" à noite. Evite molhar as folhas porque, em julho, elas demoram mais para secar e isso abre caminho para fungos. Se você notar folhas com manchas amarronzadas, aspecto "melequento" ou um pó esbranquiçado, é sinal de umidade alta e pouca ventilação: afaste os vasos entre si, retire folhas doentes e melhore a circulação de ar.

Se houver risco de geada, proteja sem sufocar. No fim da tarde, cubra com tecido leve (TNT, lençol fino ou manta de jardim) apoiado em estacas ou uma estrutura simples, para não encostar nas folhas. O objetivo é criar uma camada de ar entre a planta e o frio, não "abafar". Retire a proteção pela manhã assim que o sol aparecer, para não manter umidade presa. Em vasos, uma estratégia eficiente é afastar do chão frio (coloque sobre madeira ou suporte) e encostar perto de uma parede que receba sol, porque ela acumula calor durante o dia e solta lentamente à noite. Além disso, use cobertura morta (palha seca, folhas secas) sobre o solo para proteger raízes e manter a temperatura mais estável.

Agosto

Clima

Fim do inverno e início do aquecimento gradual.



O que plantar

Aipo, pimentão, pepino, cebola, tomate, aspargo.

Por que plantar agora

O solo começa a aquecer, preparando as plantas para a primavera.

Cuidados

Agosto é um mês de transição, e o principal cuidado aqui é ajudar a planta a atravessar essa mudança sem estresse. Durante o dia, o solo começa a aquecer; à noite, ainda pode esfriar bastante. Para equilibrar isso, mantenha o solo sempre coberto com palha seca, folhas secas, serragem grossa ou casca de pinus. Essa cobertura funciona como um isolante térmico: evita que o solo esquente rápido demais de dia e esfrie bruscamente à noite, protegendo as raízes e mantendo a umidade mais estável.

A preparação do solo em agosto é estratégica. Não pense apenas na planta que você está vendo agora, mas no crescimento intenso que virá nas próximas semanas. Misture bem a matéria orgânica antes do plantio — húmus de minhocas, composto orgânico bem curtido ou esterco curtido — incorporando de 5 a 10 cm na camada superficial do solo.

Isso cria um ambiente rico para o desenvolvimento radicular. Raízes fortes agora significam plantas mais resistentes ao calor, ao vento e às pragas na primavera.

O tutoramento deve começar cedo, antes mesmo de a planta "pedir". Tomate, pepino e pimentão crescem rápido a partir de setembro, e tentar sustentá-los depois pode quebrar raízes ou caules. Instale estacas, fios ou treliças logo no plantio e conduza o crescimento aos poucos, amarrando com barbante ou fita macia, sempre com folga.

Esse cuidado melhora a circulação de ar, reduz doenças e direciona a energia da planta para folhas, flores e frutos, não para se manter em pé.

Setembro

Clima

Primavera, dias mais longos e temperaturas agradáveis.



O que plantar

Abobrinha, coentro, pepino, maxixe, feijão-vagem, tomate, cebola.

Por que plantar agora

A planta entra em fase de crescimento intenso e floração.

Cuidados

Setembro é o mês em que a planta "acorda" de vez: com dias mais longos e temperatura subindo, o crescimento acelera e a demanda por água e nutrientes aumenta. A rega aqui precisa ser gradual e consciente, não automática. Antes de regar, toque o solo: se estiver seco nos primeiros 2 a 3 cm, regue; se ainda estiver úmido, espere. Os sinais ajudam muito: folhas caídas e sem firmeza no calor do meio-dia podem ser normal, mas se continuarem murchas no fim da tarde, está faltando água. Já folhas amareladas, moles e com aspecto "cansado" mesmo com solo úmido indicam excesso. Regue de manhã, direto no solo, e mantenha cobertura morta para segurar umidade e reduzir variações.

O segundo cuidado é praga no começo do ciclo, porque setembro é quando elas se multiplicam rápido.

Faça inspeção curta, mas frequente: olhe o verso das folhas (onde pulgões e ovos ficam), observe brotos novos (onde pragas atacam primeiro) e procure sinais como folhas enroladas, pontinhos amarelados, teias finas ou brilho pegajoso. Se perceber no início, você resolve fácil: jato de água para derrubar pulgões, retirada manual de folhas muito afetadas e, se necessário, aplicação preventiva leve de neem ou sabão inseticida no fim da tarde, sempre testando em poucas folhas primeiro. Por fim, as podas e condução em setembro são para organizar a planta antes da explosão de crescimento. Em tomate, remova brotações laterais (os "ladrões") se o objetivo for produzir frutos maiores e com mais ventilação; em pepino e maxixe, conduza os ramos para treliças e retire folhas muito velhas ou encostando no solo. Em feijão-vagem, garanta espaço e apoio (se for trepador) para evitar emaranhado. A lógica é simples: planta bem arejada, com ramos guiados e sem excesso de folhas velhas adoece menos, recebe mais luz e transforma energia em flor e fruto com muito mais eficiência.

Outubro

Clima

Primavera avançada, calor crescente.

O que plantar

Batata-doce, maxixe, acelga, coentro, pepino, tomilho.

Por que plantar agora

Clima ideal para raízes e ervas aromáticas.

Cuidados

Outubro pede uma virada de chave: o calor começa a bater mais forte e o principal cuidado é equilibrar água, temperatura e solo. A rega deve ser regular, mas sempre guiada pela leitura do solo, não por calendário. Faça o teste dos 2 a 3 cm: enfile o dedo e sinta. Se estiver seco, regue até a água começar a sair pelos furos do vaso (ou até o canteiro ficar uniformemente úmido), e só regue de novo quando a camada superficial voltar a secar. Sinais de excesso aparecem rápido: folhas amareladas, murcha "estranya" mesmo com terra úmida, cheiro de solo abafado e presença de fungos. Para evitar isso, use cobertura morta (palha, folhas secas) e priorize regas no começo da manhã. Com o calor crescente, observe estresse térmico com atenção, porque ele pode parecer "falta de água" quando na verdade é sol agressivo. Se as folhas ficam caídas no pico do meio-dia e voltam ao normal no fim da tarde, isso é uma defesa natural.

Mas se elas queimam nas bordas, ficam com manchas claras ou não se recuperam, aí sim você precisa agir: ofereça sombra parcial nas horas mais fortes (sombrites leves, tecido fino ou reposicionamento do vaso) e garanta ventilação. Em ervas como tomilho e coentro, esse ajuste de luz e ventilação faz diferença no aroma e na saúde geral da planta.

Para raízes e tubérculos, outubro exige cuidado especial com compactação do solo. Batata-doce e outras plantas de raiz sofrem quando a terra é dura: as raízes deformam, crescem pouco e a planta perde vigor. Antes de plantar, solte bem o solo com uma pá ou garfo (sem virar tudo de ponta-cabeça), misture matéria orgânica leve e, se o solo for pesado, adicione um pouco de areia grossa ou composto bem estruturado para melhorar drenagem. Durante o cultivo, evite pisar na área e não deixe o solo "pelar" e formar crosta: a cobertura morta ajuda a manter a terra solta, viva e com raízes se desenvolvendo do jeito certo.



Novembro

Clima

Transição para o verão.



O que plantar

Alface, batata-doce, coentro, rabanete, cenoura, abóbora.

Por que plantar agora

Plantas de ciclo rápido aproveitam o calor crescente.

Cuidados

Novembro é um mês instável, e o maior cuidado aqui é lidar com os extremos: dias muito quentes intercalados com chuvas fortes e, às vezes, concentradas. Por isso, o controle da água começa pelo solo. Verifique sempre a drenagem: se a água demora a infiltrar ou forma poças, é sinal de alerta. Em vasos, nunca deixe pratinho com água acumulada. Antes de cada rega, toque o solo; se estiver úmido abaixo da superfície, não regue, mesmo que o dia esteja quente. Excesso de água nessa fase provoca apodrecimento de raízes, folhas amareladas e plantas que “travaram” o crescimento.

As adubações em novembro devem ser leves, porém constantes, porque o calor acelera o metabolismo da planta. Prefira fontes orgânicas suaves, como húmus de minhoca, compostagem bem curtida ou chorume diluído, aplicadas a cada 10–15 dias.

A regra é simples: pouco e frequente funciona melhor do que muito de uma vez. Se a planta crescer rápido demais, com folhas grandes e frágeis, reduza a adubação; se crescer lenta, com folhas pequenas e pálidas, reforce de forma gradual.

Manter o solo sempre coberto deixa de ser opcional em novembro — vira estratégia central. A cobertura morta protege contra o impacto direto da chuva, evita compactação, reduz evaporação no calor e mantém a microbiologia do solo ativa. Use palha seca, folhas secas, capim cortado já seco ou restos de poda triturados. Espalhe uma camada de 3 a 5 cm ao redor da planta, sem encostar no caule. Esse cuidado simples cria um ambiente mais estável para raízes, diminui o estresse da planta e faz com que ela atravessasse a entrada do verão muito mais forte e produtiva.

Dezembro

Clima

Verão pleno.

O que plantar

Abóbora, feijão, pimentão, espinafre, alface, beterraba.

Por que plantar agora

Ciclo rápido e alta produtividade em plantas tropicais.

Cuidados

Dezembro é o mês em que o cultivo precisa virar gestão de calor. O sol do meio-dia pode queimar folhas e travar o crescimento mesmo quando a planta está "bem regada". Por isso, proteja do sol mais agressivo sem tirar a luz necessária: priorize sol da manhã e sombra parcial à tarde para folhosas como alface e espinafre. Em canteiros, use sombrites leves (30% a 50%) ou crie sombra filtrada com tecido, tela ou plantas mais altas como barreira. Bordas secas, manchas claras e folhas com aspecto "tostado" são sinais clássicos de queimadura.

A rega em dezembro costuma ser mal interpretada. Regue nos horários mais frescos, sempre direto no solo, e evite regas repetidas ao longo do dia. Solo quente com excesso de água perde oxigênio e prejudica as raízes.

O melhor método é a rega profunda: molhe bem, deixe a água penetrar e só volte a regar quando o solo começar a secar nos primeiros 2 a 3 cm. A cobertura morta é indispensável para reduzir evaporação e estabilizar a temperatura do solo.

O "murchar no calor" nem sempre é sede. Se a planta murcha ao meio-dia e se recupera no fim da tarde, isso é uma defesa natural. Se não se recupera, mesmo com solo úmido, pode indicar estresse térmico ou raiz sofrendo por excesso de água. Nesse caso, ajuste sombra, ventilação, cobertura do solo e frequência das regas. Manter o solo fértil e bem estruturado também ajuda a planta a suportar o calor com mais estabilidade.



Dicas Gerais de Cuidado — Ensino Prático

Solo e matéria orgânica

Matéria orgânica pode ser: húmus de minhoca, compostagem caseira, esterco bem curtido, restos vegetais secos. Misture sempre ao solo antes do plantio ou aplique superficialmente, sem encostar no caule. A matéria orgânica alimenta o solo, não apenas a planta.

Como entender o pH do solo

Entender o pH do solo não precisa ser técnico nem complicado, mas exige observação e método. O pH indica se o solo está mais ácido ou mais alcalino, e isso influencia diretamente a capacidade da planta de absorver nutrientes. Mesmo um solo rico pode "matar a planta de fome" se o pH estiver fora do ideal. Para a maioria das hortaliças, o pH entre 6,0 e 7,0 permite que os nutrientes fiquem disponíveis de forma equilibrada.

A forma mais simples e confiável é usar kits de medição de pH, vendidos em lojas de jardinagem ou pela internet. Eles geralmente funcionam assim: você coleta um pouco de terra do local onde vai plantar (não só da superfície, mas de 10 a 15 cm de profundidade), mistura com água conforme a instrução do kit e compara a cor obtida com uma tabela.

Em poucos minutos, você sabe se o solo está ácido, neutro ou alcalino. Para quem cultiva com frequência, esse é o método mais prático e consistente.

Também existem métodos caseiros indicativos, que não substituem o kit, mas ajudam a ter uma noção inicial. Um exemplo: coloque duas porções de terra em recipientes diferentes. Em uma, jogue vinagre; se borbulhar, o solo tende a ser alcalino. Na outra, misture água e um pouco de bicarbonato; se borbulhar, o solo tende a ser ácido. Se não houver reação forte em nenhum dos dois, o solo provavelmente está próximo do neutro. Além disso, a própria planta dá sinais claros ao longo do tempo: folhas amareladas com nervuras verdes, crescimento travado, folhas deformadas ou queimam facilmente mesmo com rega correta costumam indicar desequilíbrio de pH. Observar esses sinais, medir e corrigir com calma faz parte do cultivo consciente — não é pressa, é ajuste fino.

Dicas Gerais de Cuidado — Ensino Prático

Irrigação consciente

Não siga cronogramas rígidos. Observe folhas, caule e solo. Folhas murchas e secas indicam falta de água; folhas amarelas e moles indicam excesso. O toque no solo é o melhor guia.

Monitoramento de pragas

Furos nas folhas, pontos brancos, manchas pegajosas e insetos visíveis são sinais comuns. Quanto antes agir, melhor.

Uso correto de soluções orgânicas

Sabão inseticida e óleo de neem devem ser diluídos em água e borrifados nas folhas, principalmente no verso. Aplique no fim da tarde e nunca sob sol forte. Não jogue diretamente no solo.

Rotação de culturas

Se você plantou folhas (alface, rúcula), no próximo ciclo plante raízes (cenoura, beterraba). Isso evita esgotamento do solo e quebra ciclos de pragas.



CONCLUSÃO

O cultivo não é sobre fazer mais.
É sobre entender melhor.

Cada planta responde no seu tempo.

Cada estação ensina algo diferente.

A horta se constrói no dia a dia —
no olhar atento, não na pressa.

Cayana

Cultivar com intenção, nunca por acaso.

www.cayana.org

