

# me planto

Auto-cuidado a través  
del cultivo de plantas

·GUÍA ILUSTRADA·



Recopilación de dibujos de Eva Giraldo, entre 2015 y 2020.  
Textos conversados con Alejandra Muñoz y Juana Figueroa.  
Corrección y edición de textos por Alejandra Muñoz  
y Juan David Giraldo.

Diseñado y editado en casa en Abril de 2020 durante la cuarentena.  
Parque Armenia, Teusaquillo.  
Bogotá, Colombia.  
2020

# 1. Me siembro

Soy lo que imagino que puedo ser.  
Llena de posibilidades, anhelo, me preparo,  
vislumbro, soy incertidumbre y expectativa.  
Soy una pregunta: ¿qué quiero?



Para sembrar se necesita:  
tierra, abono, agua y luz.

Es importante que la materia  
siempre tenga un hoyo para  
que circule el agua.



*Somos tierra.*

2.

## Germino

Me cargo y emerjo.

Broto.

Me arriesgo.



En esta etapa hay que prestar mucha atención a los detalles: la ubicación, la luz, el sustrato.

Cada semilla es diferente: el aguacate puede demorar muchos meses en sacar raíz y no debe sumergirse por completo en el agua; las lentejas necesitan oscuridad y cambiar de agua cada 12 horas aproximadamente.



*Somos sustento.*

3.

## Echo raíz

Me nutro, recibo y comparto.  
Conecto con otras raíces,  
mi fuerza, nuestra expansión.

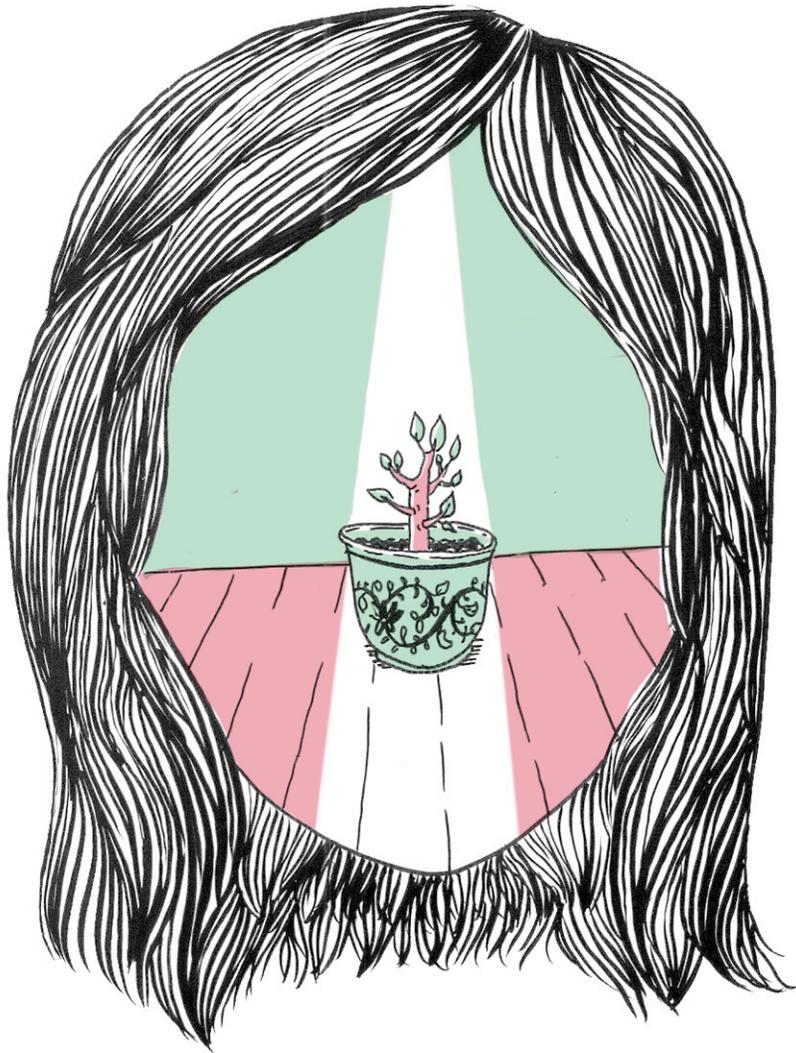


La raíz es el órgano de la planta que absorbe los nutrientes necesarios de la tierra y del agua para el crecimiento de las hojas y los tallos.

El jengibre y la cúrcuma son raíces usadas para cocinar, y además tienen propiedades medicinales. Se pueden volver a plantar y a reproducir muy fácilmente.



*Somos fruto.*



4.

## Me cuido

Soy paciente  
Tengo buena mano  
Me adapto  
Resisto



El cuidado de la planta implica conocerlas muy bien (a algunas les gusta más el agua y la luz que a otras) y cuidar de las plagas (hay de diferentes tipos: insectos, hongos). Un buen remedio medicinal para combatirlas es rociarlas con agua con tabaco y ají o ajo.

De una planta sana y un buen cuidado puede nacer un jardín, una huerta. Una suculenta puede multiplicarse infinitamente desde el tallo, de una hoja o de un hijuelo.

*Somos suculentas.*



JARDIM BOTANICO,  
JARDIM DA ESTRELA,  
LISBOA

5.  
Me hago jardín.

Somos flor y maleza  
Veneno, salvia y hierbabuena  
Fronroso esplendor  
Imbricadas, encontradas  
y en transformación,  
Nos plantamos.

*Somos selva.*