Como plantar conforme as fases da lua

O método lunar de semeadura em seis passos, o que significam os dias de raiz e de folha e a evidência sobre se algo disso funciona.

Autor: Lubor Šimůnek · Publicado: October 1, 2026 · Produtividade
Versão online: https://appstoryo.com/pt/blog/how-to-plant-by-the-moon-phases



Para plantar conforme as fases da lua semeiam-se as hortaliças de folha enquanto a lua cresce, as de raiz enquanto míngua, e marcam-se os quatro tipos de dia que Maria Thun definiu. O Moon Phase Calendar faz essa conta no próprio telemóvel para qualquer data entre 1900 e 2100, de graça, em iPhone e Android, sem precisar de sinal.

Divulgação: o AppStoryo é operado pelo estúdio que desenvolve o Moon Phase Calendar. A comparação abaixo usa critérios publicamente verificáveis e nomeia alternativas reais.

Primeiro o procedimento, depois a evidência e por fim aquilo que decide muito mais do que a lua. Cada passo funciona no Moon Phase Calendar Offline no iPhone ou no Moon Phase Calendar no Android.

Como se planta conforme as fases da lua, passo a passo?

Um mês lunar dura 29,5 dias de uma lua nova até à seguinte: uma metade crescente, em que a fração iluminada passa de 0 para 100 por cento, e uma metade minguante. A tradição atribui as culturas aéreas à primeira metade e as subterrâneas à segunda.

1. **Leia a fase de hoje.** Veja a percentagem de iluminação e a idade lunar. Entre lua nova e lua cheia a lua está a crescer.
2. **Semeie folha e fruto enquanto cresce:** alface, acelga, feijão, tomate, abóbora.
3. **Semeie raízes e transplante enquanto míngua:** cenoura, beterraba, rabanete, cebola, pastinaca, e também quase toda a poda.
4. **Verifique o tipo de dia.** A lua entra numa nova constelação do zodíaco a cada dois

ou três dias, e é isso que transforma uma data em dia de raiz, de folha, de flor ou de fruto.

5. **Deixe a temperatura do solo mandar sobre a lua.** Num canteiro frio, um dia de folha perfeito apodrece a semente na mesma.
6. **Registe tudo.** Data, fase, tipo de dia, cultura e o dia em que as plântulas apareceram. Duas épocas assim dão-lhe dados próprios.

Só os passos um e quatro precisam de astronomia, e ambos funcionam sem ligação no Moon Phase Calendar Offline no iPhone e no Moon Phase Calendar no Android.

O que significam realmente os dias de raiz, folha, flor e fruto?

Vêm de uma só pessoa e de uma longa série de ensaios com rabanetes. Maria Thun, nascida na Alemanha em abril de 1922 e falecida em fevereiro de 2012, semeou semente idêntica em dias diferentes e anotou as diferenças. A Floris Books, sua editora, resume o resultado na sua página sobre o trabalho dela:

> A partir das suas observações, ela dividiu a passagem da lua pelo zodíaco em quatro: dias de raiz, dias de folha, dias de fruto e dias de flor, cada um indicando que tipo de planta convém semear naquele dia específico.

Esse calendário é publicado anualmente há cerca de 50 anos e existe hoje em 27 idiomas, por isso uma aplicação que lhe mostra um dia de folha está quase sempre a mostrar o esquema de Thun. O Moon Phase Calendar rotula as datas da mesma forma, coincidindo com um calendário Thun impresso sem nunca contactar um servidor.

Plantar conforme a lua funciona mesmo?

A tradição é antiga e muito difundida, e as medições não a sustentam. Uma revisão de 2020 na revista Agronomy percorreu mais de 120 referências científicas à procura de um mecanismo. O resumo dessa revisão publicado pela Illinois Extension traz o número que importa: a influência gravitacional da lua à superfície da Terra é cerca de 300.000 vezes mais fraca do que a gravidade da própria Terra, impercetível ao lado da força que faz subir a seiva num caule.

Com a luz passa-se o mesmo. A iluminância da lua cheia é cerca de 128.000 vezes menor do que a luz do dia mais fraca, muito abaixo de qualquer limiar que altere a fotossíntese. A revisão não encontrou qualquer relação consistente entre fase lunar e fisiologia vegetal nos manuais nem na literatura revista por pares. Sobreviveu um achado lateral: um arbusto produziu mais pólen com lua cheia, porque os seus polinizadores se orientam pelo luar.

Trate portanto o calendário lunar como um hábito de planeamento, não como uma alavanca de produtividade. Não custa nada e dá ritmo à horta. Não salvará uma sementeira feita em lama fria.

O que decide realmente quando as suas sementes nascem?

A temperatura do solo, com enorme margem. A tabela que a OSU Extension publica a partir da experiência de J. F. Harrington dá os dias até à emergência a temperaturas de solo medidas.

- Tomate: 43 dias para emergir a 10 °C (50 °F) e 6 dias a 25 °C (77 °F).
- Alface: 49 dias a 0 °C (32 °F) e 2 dias a 25 °C (77 °F).
- Pastinaca: 171 dias a 0 °C (32 °F) e 14 dias a 20 °C (68 °F).
- Cebola: 135 dias a 0 °C (32 °F) e 4 dias a 25 °C (77 °F).
- Feijão: germinação nula ou quase nula abaixo de cerca de 15 °C (59 °F).

A publicação ANR-1061 da Alabama Extension lista a temperatura mínima de solo de que cada cultura precisa: 2 °C para alface, cebola, pastinaca e espinafre, 4 °C para beterraba, cenoura e ervilha, 10 °C para espargo, milho e tomate, e 16 °C para feijão e abóbora. Um termómetro de solo custa menos do que um pacote de sementes. Use a lua para escolher entre duas semanas viáveis, nunca para semear quinze dias mais cedo.

Como seguir um calendário lunar de sementeira sem sinal?

As hortas comunitárias e os pomares ficam exatamente onde a cobertura falha, e a maioria das aplicações lunares descarrega os seus dados. O Moon Phase Calendar calcula tudo no aparelho, por isso os números aparecem em modo de voo.

- Fase, iluminação, idade lunar e distância para qualquer data entre 1900 e 2100, 201 anos.
- Nascer e pôr da lua para as suas coordenadas, mais crepúsculo civil, náutico e astronómico.
- Rótulos de raiz, folha, flor e fruto, com signos zodiacais tropicais e siderais.
- Sem conta, sem analítica, sem anúncios e sem compras dentro da aplicação.

A versão iOS ocupa 35,4 MB, pede iOS 13.0 ou posterior e chega com 44 idiomas de ficha. Instale o Moon Phase Calendar Offline no iPhone ou o Moon Phase Calendar no Android antes de sair, não quando já estiver no terreno.

Que aplicação de sementeira lunar deve realmente usar?

As três alternativas foram verificadas nas fichas ativas da App Store a 19 de setembro de 2026. As quatro são de descarga gratuita.

Escolha o Biodynamic Gardening Calendar se quer o próprio calendário Thun

- É publicado pela Floris Books, editora do calendário impresso de Maria Thun, por isso os tipos de dia vêm da fonte.
- Versão 1.6.15, atualizada a 31 de agosto de 2026, iOS 15.0, 45,6 MB.
- 12 avaliações com média de 2,9 estrelas, a mais baixa das quatro.

Escolha o Lunar Planting Guide se quer um diário de horta à volta do calendário

- Tim Mahony construiu-o como diário de sementeira: registe o que semeou e reveja na época seguinte.
- Versão 8.2, atualizada a 17 de setembro de 2026, iOS 17.6, 120,3 MB, por isso iPhones antigos ficam de fora.
- Apenas 3 avaliações até agora, evidência escassa em qualquer sentido.

Escolha o Seed to Spoon se preferir ignorar a lua por completo

- O planeador da JP Garden agenda a partir de datas de geada e requisitos da cultura, a abordagem que a evidência apoia.
- 9.270 avaliações com média de 4,78 estrelas, atualizada a 7 de maio de 2026, 83,1 MB.
- Não distingue um dia de folha de um dia de raiz.

Escolha o Moon Phase Calendar se quer os dados lunares offline e sem monetização

- Todos os números são calculados no aparelho, por isso não precisa de sinal nem de conta.
- Os tipos de dia ficam ao lado do nascer da lua, crepúsculos, eclipses e janelas solunares, cobrindo horta e observação noturna.
- É recente, ainda não tem avaliações e não inclui diário de sementeira.

Quando é que plantar conforme a lua é a abordagem errada?

Ignore o calendário lunar sempre que a decisão já esteja forçada: a última geada ainda não passou, o solo está abaixo do mínimo indicado acima, esperam-se seis dias de chuva, ou a sua única tarde livre é um dia de raiz e tem plântulas de folha na mão. Plante na mesma. É um critério de desempate entre duas datas viáveis, não uma barreira.

Ignore-o por completo para planeamento comercial e papelada de certificação: os tipos de dia são uma convenção de jardinagem, não uma norma auditada. Se quer uma aplicação que lhe diga o que semear esta semana, um planeador de culturas ganha a qualquer calendário lunar, incluindo este.

Se ainda assim quer o ritmo, num terreno sem cobertura, instale o Moon Phase Calendar Offline para iPhone ou o Moon Phase Calendar para Android, e acompanhe-o de um termómetro de solo.

O que mais pergunta quem planta conforme a lua?

Qual é a melhor fase da lua para plantar?

A tradição coloca as culturas aéreas como alface, feijão e tomate na metade crescente do

ciclo de 29,5 dias, e as de raiz como cenoura, beterraba e cebola na minguante. Nenhum estudo controlado apoia essa divisão, por isso é uma convenção, não uma regra.

O que é um dia de folha ou um dia de raiz?

São os quatro tipos de dia que Maria Thun deduziu da constelação que a lua atravessa, que muda a cada dois ou três dias. Dias de folha servem alface e couve, dias de raiz cenoura e beterraba, dias de flor brócolos, dias de fruto tomate e feijão.

Plantar conforme a lua está cientificamente provado?

Não. Uma revisão de 2020 na Agronomy sobre mais de 120 referências não encontrou evidência fiável a ligar a fase lunar à fisiologia vegetal. A atração gravitacional da lua à superfície é cerca de 300.000 vezes mais fraca do que a terrestre, e a luz de lua cheia cerca de 128.000 vezes mais ténue do que a do dia.

Preciso de internet para consultar as fases da lua ao plantar?

Não com um calculador offline. O Moon Phase Calendar calcula fase, iluminação, idade lunar, nascer e pôr da lua e tipo de dia no aparelho para qualquer data entre 1900 e 2100, por isso funciona em modo de voo. As aplicações que descarregam dados ficam em branco justamente onde estão as hortas.

A lua afeta a velocidade de germinação?

Não de forma mensurável. A temperatura do solo sim. A tabela de Harrington mostra o tomate a emergir em 43 dias a 10 °C contra 6 dias a 25 °C, e a alface em 49 dias a 0 °C contra 2 dias a 25 °C. Nunca foi registado um efeito lunar dessa dimensão.

Quando se deve podar segundo a lua?

A regra tradicional coloca a poda e a colheita para armazenamento na metade minguante, com a ideia de que a seiva está mais baixa. Nada na literatura revista o sustenta. Pode quando a planta estiver dormente, a madeira seca e sem geada prevista.

Posso usar um calendário lunar no hemisfério sul?

Sim. A fase é a mesma em toda a Terra num dado momento, embora o lado iluminado pareça invertido. O que muda é a hora de nascer e pôr da lua, por isso use uma aplicação que as calcule a partir das suas coordenadas, não um calendário impresso para um só país.

O que devo comprar antes de uma aplicação de calendário lunar?

Um termómetro de solo. A tabela ANR-1061 da Alabama Extension dá mínimos de 2 °C para alface e cebola, 4 °C para cenoura e ervilha, 10 °C para tomate e milho, e 16 °C para feijão e abóbora. Saber de que lado desses números está o seu canteiro vale mais do que qualquer plano lunar.

Como citar: Lubor Šimůnek (2026). *Como plantar conforme as fases da lua*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o.. https://appstoryo.com/pt/blog/how-to-plant-by-the-moon-phases

© 2026 lapnito.cz s.r.o.