

# Ciclamen

## CICLAMEN, UN HUMIDIFICADOR NATURAL PARA EL HOGAR

En otoño e invierno en el interior de las casas la humedad se reduce considerablemente. Esto significa que el aire es seco, lo cual provoca irritación pulmonar, dolor de cabeza y sensibilidad en los ojos y en la piel. La solución: el Ciclamen. La *Planta del Mes de noviembre* es un humidificador natural.

La planta es muy utilizada para este fin. Si la humedad es muy baja, la planta comenzará a sudar y a liberar su humedad a través del estoma en sus hojas. Y eso es bueno para usted, ya que la humedad en su casa aumentará de esa manera, ayudando a aliviar la sequedad de los ojos y la piel, y la irritación de las mucosas y los pulmones.

### Bienestar

Además, el Ciclamen es una planta de gran colorido y muy decorativa, que quedará perfecta en cualquiera de las estancias que sea colocada. Sus flores rojas jaspeadas, rosadas o blancas forman un sorprendente contraste con sus elegantes hojas. Las flores surgen del corazón de la planta en un clúster, y surgen más profusamente durante el invierno. Y será la delicia de su casa y de su estado de ánimo, un factor de bienvenida durante los días más oscuros y fríos del año. En resumen, el Ciclamen es una planta que se ocupa de su bienestar físico y mental.

### Para disfrutar de un cómodo invierno

El Ciclamen tiene su origen en Asia Menor (una península en el extremo sudoeste de Asia), pero también crece en los bosques y regiones montañosas del Mediterráneo. La planta crece en suelos secos y a la sombra del sol. Por eso, en su sala de estar, esta planta también preferirá estar fuera de la luz solar directa, aunque un poco de luz tenue será apreciada sin duda. Si se asegura de que la tierra se mantiene húmeda, por ejemplo, asegurándose de que siempre haya un poco de agua en el platillo, el Ciclamen estará muy agradecido. Por lo demás, controlando que la temperatura no sea demasiado alta, y le ofrezcan una maceta con tierra fresca en la primavera, el Ciclamen le ayudará a pasar el invierno con elevada comodidad, tanto espiritual como física.

