

LOS ALÉRGICOS AL POLEN SE ENFRENTAN A UNA PRIMAVERA LEVE EN LA CORNISA CANTÁBRICA

- Ocho millones de personas son alérgicas al polen.
- En la cornisa cantábrica los pólenes más frecuentes son los de abedul y gramíneas.
- Por efecto de la contaminación y el cambio climático se produce una mayor cantidad de polen, aumenta su agresividad y se incrementa el tiempo de exposición al mismo.
- Educación sanitaria, vacunación, medidas de control ambiental y aplicaciones móviles mejoran la vida diaria de los pacientes alérgicos al polen.

Madrid, 19 de marzo de 2020.- Según datos de la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC) las enfermedades alérgicas por pólenes afectan en nuestro país a más de ocho millones de personas, siete de los cuales son alérgicos a gramíneas seguidos en orden decreciente por alergia al olivo, arizónica, plátano de sombra, salsola y parietaria.

*“Este año la previsión para Galicia, Asturias, Cantabria, País Vasco, Navarra y La Rioja, dibuja una primavera leve, que oscilará entre los 1.500 granos/m³ de Logroño y los 3.700 granos/m³ de Oviedo”, revela el doctor **Ángel Moral, presidente del Comité de Aerobiología de la SEAIC.** “En otras ciudades de la cornisa cantábrica, como Bilbao, Pamplona y Vitoria, esperan entre 2.000 y 3.000 granos/m³”.*

Existe una relación directa entre algunos factores climatológicos del otoño e invierno como es el caso de las lluvias, temperatura y humedad y los recuentos de pólenes de gramíneas durante la primavera. Gracias a la recopilación de los datos de las 56 estaciones aerobiológicas del Comité de Aerobiología de la SEAIC, junto con los factores climatológicos proporcionados por la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) y con la colaboración del Área de Estadística e Investigación Operativa de la Universidad de Castilla La Mancha, se establece el nivel de intensidad de esta primavera para los pacientes alérgicos en las diferentes zonas geográficas.

El doctor Moral subraya que *“aunque febrero haya sido seco, el otoño y el invierno se han caracterizado por moderadas lluvias, con un aumento del 10% sobre la media de los últimos años. Esto ha favorecido el crecimiento de todas las especies vegetales. Lo más importante es que tanto el otoño como el invierno han sido muy cálidos, con temperaturas muy superiores a lo habitual, siendo este febrero pasado el mes de febrero más cálido junto con el de 1990 en los últimos 55 años, contribuyendo al adelanto de la polinización de especies vegetales, como el plátano de sombra en estos días”.*

“Todas las plantas se reproducen por pólenes, pero por suerte no todos dan problemas alérgicos, comenta el especialista. En la cornisa cantábrica los pólenes más frecuentes son los de abedul y gramíneas”.

En esta misma línea, el doctor Moral detalla que en los últimos diez años se ha duplicado el porcentaje de alérgicos a los pólenes más alergénicos. *“Las gramíneas han pasado del 35% al 74%, la arizónica del 9% al 23%, el plátano de sombra y la salsola del 7% al 14% y el olivo del 30% al 52%. La causa parece hallarse en el efecto de la contaminación y el cambio climático sobre los pólenes”.*

El efecto propulsor de la contaminación

La emisión de partículas contaminantes procedentes de las calefacciones y de los motores diésel altera la estructura del polen haciendo que este genere proteínas de estrés como mecanismo de defensa y aumentando su capacidad de inducir una respuesta alérgica en personas susceptibles. *“Estas proteínas de estrés incrementan la agresividad del polen en las ciudades y en poblaciones que viven cerca de autopistas en comparación con los pólenes de zonas rurales sin contaminación. Por este motivo, en las ciudades se producen más casos de alergia a pesar de que la concentración de pólenes sea menor que en el campo. Los altos niveles de contaminación de las ciudades favorecen el fenómeno de inversión térmica que impide a los pólenes abandonar la atmósfera e incrementa el tiempo de exposición a ellos”,* explica el alergólogo.

El cambio climático está alterando los ciclos de polinización de las plantas. Adelantan el inicio y retrasan el final de su período de floración, con lo que se amplía la duración del período de polinización, y, por lo tanto, hay una mayor exposición de la población a los pólenes.

“Afortunadamente estos días las restricciones en la movilidad están reduciendo la contaminación producida por la expulsión de diésel de los vehículos y la disminución de otros humos industriales que pueden agravar los síntomas en las grandes ciudades”, indica Moral. Las instrucciones de permanecer el mayor tiempo posible en casa por la alerta sanitaria de coronavirus va a hacer que se reduzca notablemente la exposición a pólenes en las personas alérgicas y beneficiará notablemente al control de sus síntomas. *“Algunos pacientes observarán que tienen que usar menos medicación para la alergia, pero insistimos en ser cumplidores en los tratamientos para el asma”,* recuerda el experto.

Herramientas de control

La patología alérgica dificulta en muchos aspectos la vida diaria de los pacientes, a la vez que lleva consigo un alto coste socioeconómico. Tal y como afirma el **doctor Antonio Valero**, presidente de la SEAIC, *“las enfermedades alérgicas precisan de un manejo integral, no sólo desde el punto de vista terapéutico, sino también orientando al paciente, sobre cómo convivir mejor con su enfermedad”.*

Existen algunas medidas que mejoran la calidad de vida de los pacientes alérgicos, cuyos síntomas no se circunscriben únicamente a los meses de primavera. *“Frecuentemente recomendamos el uso de mascarillas homologadas, aplicaciones móviles que se nutren de la web del comité de aerobiología de la SEAIC, filtros antipolen en el coche o los purificadores de aire para interiores, -apunta el alergólogo aunque insiste que la inmunoterapia o vacunación antialérgica debe considerarse siempre como una herramienta terapéutica de primer orden en el manejo de los pacientes alérgicos porque es el único tratamiento que puede modificar la evolución natural de la patología alérgica”.*

Alergia al polen en niños

Las enfermedades alérgicas son muy frecuentes en la edad pediátrica. Si tenemos en cuenta el motivo de consulta en menores de 14 años, el último estudio llevado a cabo por la SEAIC¹ revela que el trastorno alérgico con el que más frecuentemente se acude al alergólogo es la rinitis (33% de los casos) seguido de conjuntivitis (23%) y asma (17%) en su mayoría causado por pólenes.

“Muchas veces, y especialmente en la infancia, las diferentes manifestaciones de las enfermedades alérgicas (rinitis, asma, alergia alimentaria, dermatitis, etcétera) se dan de forma simultánea. El alergólogo es el único especialista que puede hacer un abordaje conjunto de todos los problemas que afectan al niño alérgico sin que éste tenga que «peregrinar» por las diferentes consultas médicas”, explica el presidente. “El buen control de la enfermedad alérgica pasa por acudir a la consulta del alergólogo ante los primeros síntomas de sospecha y sea cual sea la edad del afectado”.

“El programa de formación de todos los residentes de Alergología garantiza oficialmente su total competencia en el manejo específico de los pacientes alérgicos de todas las edades. Además, poseen conocimiento sobre inmunología, neumología, dermatología y otorrinolaringología, lo que les capacita para el diagnóstico, manejo y tratamiento de la alergia como enfermedad sistémica y crónica del paciente desde que nace hasta su edad adulta”, concluye el doctor Valero.

- **Para más información, PLANNER Media**
Helena Pastor 647 24 16 15 / Laura Castellanos 639 33 82 15
hpastor@plannermedia.com / lcastellanos@plannermedia.com