

Día Mundial de la Educación Ambiental

EL POLEN ES UN INDICADOR CLAVE PARA PREVENIR Y CONTROLAR LAS ALERGIAS RESPIRATORIAS

- El polen se ha convertido en el ‘nuevo semáforo’ de salud, un indicador clave para prevenir y controlar las alergias respiratorias
- El monitoreo de los niveles de polen es esencial para la salud pública, por lo que es crucial invertir en redes de monitoreo y difundir datos aerobiológicos
- A la hora de realizar cambios en la vegetación urbana, se debe contar con la opinión de alergólogos y asegurarse de que la vegetación reduzca los riesgos alérgicos y mejore la calidad del aire

Madrid, 26 de enero de 2026.- El cambio climático está afectando significativamente la salud respiratoria global. Con el aumento de las temperaturas, la migración de especies vegetales a nuevas zonas y la prolongación de las temporadas de polinización, las personas que antes no sufrían alergias se están viendo cada vez más expuestas a nuevos alérgenos. Además, el polen se ha vuelto más potente, lo que agrava los síntomas en quienes ya padecen estas afecciones. En el Día Mundial de la Educación Ambiental, la **Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC)** destaca la importancia de incorporar la educación ambiental como herramienta de prevención.

"El cambio climático no solo está exacerbando las alergias ya conocidas, sino que está creando las condiciones para que se desarrollen nuevas sensibilidades a pólenes que antes no estaban presentes en muchas regiones", afirma el Dr. Juan José Zapata Yébenes, presidente del Comité de Aerobiología Clínica de la SEAIC. "En este sentido, el polen se ha convertido en el 'nuevo semáforo' de salud. Conocer los niveles de polen debería ser tan habitual como consultar la previsión meteorológica. Esta información es crucial para la prevención y el manejo adecuado de las alergias", añade.

El monitoreo de los niveles de polen juega un papel esencial en la gestión de las alergias. Las estaciones de monitoreo proporcionan datos en tiempo real que permiten a los ciudadanos ajustar sus actividades cotidianas y tomar decisiones informadas sobre el uso de tratamientos médicos. *"El monitoreo de los niveles de polen es una herramienta esencial para la salud pública. Por ello se debe invertir en redes de monitoreo y en la difusión de estos datos aerobiológicos. Conocer los niveles de polen y su relación con factores climáticos y contaminantes es un marcador de salud pública de primer orden, esencial para*

luchar contra la evolución de las patologías alérgicas y controlar su impacto en la población", explica el Dr. Zapata.

Además del cambio climático, el diseño urbano también contribuye a la exacerbación de las alergias. La plantación de árboles macho, que solo producen polen, y el uso de especies vegetales que generan picos de polinización, junto con el fenómeno del 'efecto isla de calor' en las ciudades, están incrementando la exposición al polen. *"Es fundamental que los ayuntamientos consulten con los alergólogos antes de realizar cambios en la vegetación urbana, para elegir especies que reduzcan los riesgos alérgicos y contribuyan a una mejor calidad del aire", concluye.*

El impacto del cambio climático en la salud respiratoria

El aumento de casos de enfermedades como la rinitis alérgica y el asma está generando una creciente demanda de atención médica. Además, los costos sociales y económicos derivados del tratamiento y las ausencias laborales por estas afecciones siguen en aumento. En los próximos años, el abordaje de las enfermedades alérgicas representará un desafío significativo para los sistemas de salud, que deberán adaptarse a la evolución de estas patologías.

"Con el aumento de personas desarrollando sensibilidades a pólenes previamente desconocidos en sus regiones, es fundamental implementar estrategias de prevención actualizadas, como la expansión de las redes de monitoreo de polen y la capacitación de los profesionales en la detección temprana y manejo adecuado de estas enfermedades. Asimismo, la infraestructura urbana deberá adaptarse a esta nueva realidad, incorporando medidas que reduzcan la carga polínica en las ciudades y mejoren la calidad del aire. Debemos asimismo tener en cuenta el impacto que tienen, tanto en los alérgenos (polen en este caso) como en la propia enfermedad alérgica respiratoria (rinitis y asma), los factores relacionados con la contaminación y el cambio climático. Ambos actúan de forma conjunta facilitando una mayor agresividad del polen y una enfermedad alérgica de mayor duración y gravedad.", explica el **Dr. Francisco Javier Montoro Lacomba, coordinador del Grupo de Trabajo de Alergia sobre Medio Ambiente, Contaminación y Cambio Climático de la SEAIC.**

***Para más información**

ALABRA / 91 789 14 59

Carolina López carolina.lopez@alabra.es

Helena Pastor helena.pastor@alabra.es

