

Las previsiones oscilan entre los 3.603 granos/m³ de Madrid y los 4.874 granos/m³ de aire de Toledo

LOS ALÉRGICOS AL POLEN SE ENFRENTAN A UNA PRIMAVERA DE INTENSIDAD MODERADA EN EL CENTRO PENINSULAR

Previsión para la Comunidad de Madrid, Castilla León, Castilla La-Mancha y Aragón

- Ocho millones de personas son alérgicas al polen.
- En los últimos diez años se ha duplicado el porcentaje de alérgicos a los pólenes más alergénicos: gramíneas, olivo, ciprés, salsola, plátano de sombra y parietaria.
- En el centro peninsular los pólenes más frecuentes son los de gramíneas y olivo. En la capital, el porcentaje de polínicos alérgicos al plátano de sombra supera el 40%.
- 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.
- La inmunoterapia o vacunación antialérgica debe considerarse siempre como una herramienta terapéutica de primer orden en el manejo de los pacientes alérgicos.

Madrid, 19 de marzo de 2018.- Las enfermedades alérgicas en España afectan a un 30% de la población, esto es, 16 millones de personas. Entre los alérgicos, aproximadamente la mitad, lo son a pólenes de plantas. *“Este año los ocho millones de alérgicos al polen se enfrentan a una primavera de intensidad moderada, con una concentración estimada que oscilará entre los 3.603 granos por metro cúbico de aire en Madrid, los 3.731 en Ávila y los 4.874 en Toledo”*, revela el doctor **Ángel Moral, presidente del Comité de Aerobiología de la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEaic).**

Las bajas temperaturas de este invierno, con una media en febrero de 6,9°C (media 8,5°C) favorecerán el enraizamiento de las gramíneas salvajes y cereales. El otoño fue seco, pero el invierno ha sido muy húmedo con precipitaciones intensas originadas por las borrascas Emma, Félix y Gisele). En el último mes las lluvias se han multiplicado por cinco para lo habitual en esta época.

Existe una relación directa entre las precipitaciones del otoño e invierno y los recuentos de pólenes de gramíneas durante la primavera. La recopilación de estos datos del Comité, junto con otros factores climatológicos como la temperatura y la humedad proporcionados por la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET) y la colaboración del Área de Estadística e Investigación Operativa de la Universidad de Castilla La Mancha, nos ha permitido establecer el nivel de intensidad de esta primavera en las diferentes zonas geográficas. Atendiendo al número de gramíneas recogido, podemos clasificar una primavera como: muy leve (menos de 1.000 granos/m³), leve (menos de 4.000 granos/m³), moderada (4.000-6.000 granos/m³) o intensa (más de 6.000 granos/m³).

“Todas las plantas se reproducen por pólenes, pero por suerte no todos dan problemas alérgicos, comenta el especialista. En nuestro país las especies que más síntomas producen en orden decreciente son: gramíneas, olivo, ciprés, salsola, plátano de sombra y paretaria. En determinadas zonas geográficas pueden ser importantes otros pólenes, como la palmera en Elche o el abedul en Galicia. En el centro peninsular los pólenes más frecuentes son los de gramíneas y olivo. En la capital, el porcentaje de polínicos alérgicos al plátano de sombra supera el 40%”.

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.

Predicción de la cosecha

La similitud de crecimiento entre los cereales de invierno (cebada, trigo, centeno y avena) y las gramíneas salvajes permite predecir la cosecha del verano, según ha demostrado un estudio realizado en Toledo. Los datos muestran que en el año 1995 se recogió la menor cantidad de pólenes de gramíneas de los últimos 25 años, coincidiendo con una intensa sequía (1.880 granos/m³), que se correspondió con la menor cantidad de cereales de invierno recogida en Toledo en los últimos 25 años (138.000 toneladas). En el otro extremo, el año 2016 se recogió la mayor cantidad de pólenes de gramíneas en los últimos 25 años (9.747 granos/m³), que se correlacionó con la mayor cantidad de cereales de invierno en el mismo período de tiempo (859.000 toneladas)

De modo similar se puede conocer la cosecha de aceituna y la producción de aceite a través de los niveles de polen de olivo recogidos en la primavera.

Herramientas para el control de la alergia

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 Joaquín Sastre**, 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”*.

La inmunoterapia o vacunación antialérgica debe considerarse siempre como una herramienta terapéutica de primer orden en el manejo de los pacientes alérgicos. *“La inmunoterapia proporciona una disminución significativa de los costes totales en salud inducidos por la enfermedad alérgica respiratoria, reduciendo tanto los gastos indirectos (pérdida de productividad laboral y calidad de vida del paciente) como los gastos directos (costes por actos médicos y gasto en fármacos para el control de síntomas)”*, apunta el doctor Sastre. Los datos más relevantes son los referidos a estos costes directos: la inmunoterapia disminuye un 40% los gastos en servicios médicos y un 30% el referido a uso de fármacos de alivio sintomático. *“Es el único tratamiento que puede modificar la evolución natural de la patología alérgica. Por lo tanto, a la hora de abordar el tratamiento integral del paciente alérgico hay que valorar todos los costes asociados”*, concluye el presidente.

Otras medidas de control

En esta misma línea, existen otras 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 doctor Moral.

Polen Control es una aplicación que permite realizar el seguimiento de la evolución sintomática en pacientes, con la finalidad que el profesional médico pueda cruzar y relacionar dichos datos con los niveles polínicos existentes.

Los purificadores de aire logran filtrar la mayoría de las partículas ambientales de pequeño tamaño, por lo que pueden proporcionar un control ambiental adecuado para las personas alérgicas en espacios cerrados y reducen los síntomas.

Las mascarillas que cubren la nariz y la boca son una buena solución para los alérgicos que viven en zonas de elevada intensidad de polen, ya que evitan que éste entre en las vías respiratorias y reducen el uso de medicación de rescate. El tamaño del polen es especialmente pequeño por lo que solo son eficaces las mascarillas homologadas, que tienen un elevado poder filtrante. Suelen tener una válvula de exhalación por donde sale el aire exhalado, reduciendo el calor y humedad en el interior.

La web www.polenes.com del Comité de Aerobiología proporciona información sobre los pólenes más alergénicos en España y ofrece datos numéricos y gráficos por regiones muy útiles para los pacientes. *“Con el objetivo de hacerla más intuitiva y comprensible para las más de 5.000 personas que la consultan a diario se actualizó completamente en 2017”,* concluye el experto.

- **Para más información, PLANNER Media 91 787 03 00**
Laura Castellanos 639 33 82 15 / Javier Herrero 670 425 733
lcastellanos@plannermedia.com / jherrero@plannermedia.com