



Sanidad envía mensajes SMS, boletines informativos por correo y actualiza diariamente la información en www.madrid.org/polen

La Comunidad activa su sistema de información diaria de los niveles de polen más frecuentes en la región

- Durante el invierno, las arizónicas como árboles ornamentales en jardines y setos de urbanizaciones son las que generan más alergias en la población

16 de enero de 2016.- La Consejería de Sanidad ha activado esta semana, como todos los años, su sistema de información diaria de los niveles de polen presentes en la atmósfera, a través de la Red Palinológica de la Comunidad de Madrid (Red Palinocam), que coordina la Dirección General de Salud Pública.

Este sistema de información, que permanecerá operativo hasta el 30 de junio y de lunes a viernes, comprende la elaboración y envío en días laborales de boletines informativos sobre los niveles de polen medidos por los captadores de la región, a través de la suscripción al correo electrónico y la recepción de mensajes SMS cuando se prevén niveles altos de polen.

Además, la Red Palinocam actualiza los días laborables en www.madrid.org/polen la información sobre los niveles de polen correspondientes al día anterior e incluye cada día la predicción de los niveles esperados para los próximos tres días (72 horas) de los tipos polínicos más alergénicos.

En invierno, el polen de la familia Cupresáceas es el más frecuente en la atmósfera, y prácticamente el único que causa alergias en esta estación. Las cupresáceas incluyen especies y arbustos, y entre los más frecuentes se encuentran las arizónicas utilizadas en jardines y como setos en algunas urbanizaciones.

Para suscribirse a la recepción de mensajes de aviso al teléfono móvil, se debe enviar un mensaje de texto con el asunto: ALTA POLEN al número 217035 o bien suscribirse a través del Portal Salud. También se puede seguir la información sobre predicción de niveles elevados de polen a través de las cuentas de Twitter [@ComunidadMadrid](https://twitter.com/ComunidadMadrid) y [012@CMadrid](https://twitter.com/012@CMadrid).



El sistema de vigilancia del polen atmosférico se realiza a partir del muestreo ininterrumpido, los 365 días del año, del aire recogido por los 11 captadores volumétricos (colocados en azoteas) distribuidos por toda la región. Estas muestras de aire se depositan sobre una superficie adhesiva que se recoge todos los días de forma manual, y en laboratorio se analiza con microscopio óptico.

La Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense ejerce la dirección científico-técnica de la Red Palinológica, que coordina la Dirección General de Salud Pública con los ayuntamientos implicados en la gestión del muestreo y análisis del polen que se recoge en las estaciones ubicadas en sus municipios: Alcalá de Henares, Alcobendas, Aranjuez, Coslada, Getafe, Leganés, Las Rozas, Collado Villalba y Madrid.

CONSEJOS PARA ALÉRGICOS

La persona alérgica debe conocer tipo del polen al que es alérgico, los periodos del año de polinización, los niveles, así como, si es posible, la predicción de los tipos polínicos. También, debe seguir la medicación según las pautas prescritas por el médico, y en todo caso evitar el contacto del polen con las mucosas de la boca, nariz y ojos, empleando gafas de sol y mascarillas.

Sanidad recuerda que los fármacos antihistamínicos pueden producir somnolencia y disminución de la atención, lo que debe tenerse muy en cuenta a la hora de conducir y realizar otras actividades que requieran concentración. Se recomienda viajar en coche con las ventanillas cerradas (evitando, si es posible, desplazamientos en moto o bicicleta).

En los domicilios, se aconseja utilizar el aspirador y bayetas húmedas para limpiar el polvo y evitar, así, la proliferación de ácaros, y emplear filtros de polen en el aire acondicionado de viviendas y, también de los vehículos.

Se debe tener en cuenta que las concentraciones de polen en la atmósfera son mayores a primera hora de la mañana y última de la tarde, y aumentan de forma brusca los días de vientos fuertes y tormentas primaverales de alto contenido eléctrico.