

La campaña, operativa desde enero, continuará hasta el próximo 30 de junio y los avisos se pueden recibir gratuitamente por correo electrónico o SMS

---

## La Comunidad de Madrid mejora las alertas de polen ante la previsión de florecimiento de gramíneas y llantenes tras las intensas lluvias

- Por primera vez se ofrecerán datos sobre esporas del hongo *Alternaria*, causante de alergias respiratorias
- Los interesados pueden acceder también a la información de la red Palinocam a través de la Tarjeta Sanitaria Virtual

**10 de mayo de 2025.**- La Comunidad de Madrid ha mejorado el sistema de alertas de niveles altos de polen ante la previsión de florecimiento de gramíneas y llantenes durante estos días tras las intensas lluvias del mes de marzo. Estos son los agentes vegetales que provocan más reacciones alérgicas.

Como novedad esta temporada primaveral, por primera vez se ofrecerán datos de esporas del hongo patógeno *Alternaria*, que también son capaces de producir alergias respiratorias. Estos se pueden consultar semanalmente en esta [web](#), creada recientemente.

Otro avance, fruto de la colaboración de las Consejerías de Sanidad y Digitalización, ha permitido incluir esta información en la Tarjeta Sanitaria Virtual. Desde ella, el usuario podrá seleccionar los tipos de polen y la zona geográfica de interés, así como configurar avisos por el incremento de estas partículas en la atmósfera.

Esta iniciativa de la sanidad pública madrileña, que ahora se ve reforzada, está en funcionamiento desde el pasado mes de enero y permanecerá operativa hasta el próximo 30 de junio. La lleva a cabo, desde 1993, la Red Palinológica autonómica (Palinocam), bajo la coordinación de la Dirección General de Salud Pública y la dirección científico-técnica de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid.

Además, Palinocam continúa actualizando en su web, de lunes a viernes, las cifras de la jornada anterior e incluyendo, cada día, la predicción para las siguientes 48 horas. Las personas interesadas puede recibir estos boletines por correo electrónico o por SMS, previa suscripción gratuita a través de internet. Para acceder a estos últimos, hay que mandar el texto *ALTAPOLEN* al número de teléfono 217035.

La Comunidad de Madrid monitoriza el polen atmosférico a partir del muestreo ininterrumpido, los 365 días del año, del aire recogido por captadores volumétricos ubicados en azoteas, que están distribuidos en siete municipios: Alcalá de Henares, Alcobendas, Aranjuez, Collado Villalba, Coslada, Getafe, y la capital (en las zonas de Arganzuela, Ciudad Universitaria y Barrio de Salamanca).

## CONSEJOS PARA LA POBLACIÓN

Las concentraciones de estas partículas en la atmósfera son más considerables a primera hora de la mañana y última de la tarde, y aumentan de forma brusca los días de vientos fuertes y tormentas primaverales con alto contenido eléctrico. Es importante que los alérgicos conozcan el tipo que le genera reacción, los periodos del año en que polinizan las plantas correspondientes, los niveles en el aire y, si es posible, la predicción de los mismos.

También deben seguir la medicación según las pautas prescritas por su facultativo y, en todo caso, evitar el contacto de estas sustancias con las mucosas de la boca, nariz y ojos, empleando gafas de sol y mascarillas y lavándose frecuentemente con agua fresca o suero fisiológico.

La Comunidad de Madrid 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.

Asimismo, se recomienda viajar en coche con las ventanillas cerradas, y reducir al máximo los desplazamientos en moto o bicicleta. En los domicilios es aconsejable utilizar el aspirador y bayetas húmedas para limpiar el polvo, además de emplear filtros de polen en el aire acondicionado de viviendas y vehículos.