

Hasta el mes de junio, la Red Palinológica de la Comunidad informa de lunes a viernes de los tipos polínicos más alérgenos

La Comunidad activa la información diaria de los niveles de polen que más afecta a los alérgicos

- Sanidad envía mensajes SMS, boletines informativos por correo y actualiza la información en www.madrid.org/polen
- Las arizónicas, como árboles ornamentales en jardines y setos de urbanizaciones, son las que generan más alergias durante el invierno

15 de enero de 2017.- La Consejería de Sanidad ha activado esta semana 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, operativo hasta el 30 de junio, consiste en el envío de información diaria por correo electrónico y mensajes de móvil (SMS) en caso de que se superen los umbrales de niveles de polen. La Red Palinológica actualiza diariamente en la web de la Comunidad de Madrid (www.madrid.org/polen) la información sobre los valores de polen analizados (de lunes a viernes), así como boletines de predicción diarios a corto plazo de los tipos de polen que provocan más alergias según la época del año.

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 y @012CMadrid.

A través de SMS se envía la predicción de los niveles altos o muy altos de los tipos polínicos más relevantes en cada época del año. En invierno son las *Cupresáceas* las que constituyen el tipo polínico más importante, tanto por su abundante presencia atmosférica, como por su capacidad para provocar alergias. Las cupresáceas incluyen especies y arbustos, y entre los más frecuentes se encuentran las arizónicas utilizadas en jardines y como setos en urbanizaciones.

Con este sistema de información, la Consejería de Sanidad mantiene informados a los profesionales sanitarios, las personas alérgicas, las sociedades científicas, los medios de comunicación y la población general, para que se

conozcan los tipos polínicos más frecuentes en cada momento, su concentración en el aire ambiente, variación, evolución y predicción en el tiempo, y adopten las medidas de precaución pertinentes.

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 analizan con microscopio óptico. Después, los datos se envían al centro coordinador que elabora toda la información y la mantiene actualizada.

La Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense ejerce la Dirección Científico-Técnica de la Red Palinológica, que coordina el Área de Vigilancia de Riesgos Ambientales en Salud de la Dirección General de Salud Pública junto 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 el tipo de polen al que es alérgico, los periodos del año de polinización, los niveles y, si es posible, la predicción de los tipos polínicos. También, debe seguir la medicación según las pautas prescritas por el médico y evitar en todo caso 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 y evitar, 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.