

L'AL·LÈRGIA AL POL·LEN



Descripció de l'efecte sobre la salut:

Desencadenament d'una reacció al·lèrgica en una determinada època de l'any que es manifesta amb símptomes de rinoconjuntivitis, asma bronquial i/o cutània, que poden ser d'aparició aguda i de gran intensitat, afectant a més la qualitat de vida de la persona que la pateix. Es calcula que entre un 2 i un 5% de la població general és al·lèrgica a algun tipus de pol·len.

Agent causal:

El pol·len. És un polsim format per grànuls microscòpics que són les cèl·lules masculines reproductores de les plantes amb flors. La seva funció és fertilitzar la planta.

Mecanisme d'afectació:

La major part del pol·len que produeix al·lèrgia és transportat pel vent. Quan una persona sensibilitzada a un determinat pol·len es troba en una zona on aquest hi és en concentracions elevades i el respira, es desencadena la reacció al·lèrgica.

Època de l'any en què es produeix l'al·lèrgia al pol·len:

L'època de pol·linització de les plantes està en funció del tipus de planta, de les condicions climàtiques i de la situació geogràfica. Per tant, l'època en què es desencadeni l'al·lèrgia dependrà del tipus de pol·len al que s'estigui sensibilitzat. La major part de les plantes que produeixen al·lèrgia pol·linitzen en els mesos de primavera (encara que algunes ho fan a la tardor – hivern). L'inici i final de l'estació pol·línica per a una determinada planta és molt similar any rere any, encara que les concentracions de pol·len poden ser molt diferents. A Barcelona, es detecten entre altres, concentracions elevades de pol·len de xiprer en els mesos de gener a març, de plataner de març a abril, de parietària de febrer a setembre i de gramínies de maig a juliol.

Mesures preventives:

En primer lloc és important identificar el pol·len al que s'és al·lèrgic. Això permet conèixer les plantes que el produeixen i l'època de pol·linització.

Les concentracions de pol·len són més altes a la matinada (entre les 5h i les 10h) i al vespre (entre les 19h i les 22h). Tanmateix en els dies assolellats, secs i amb vent és quan hi ha gran quantitat de pol·len a l'ambient. Per tant és millor planejar les activitats a l'aire lliure en altres moments. És convenient utilitzar ulleres de sol.

Durant l'estació pol·línica s'han de mantenir tancades les finestres del domicili durant la nit. Quan es viatja en cotxe també s'han de mantenir les finestres tancades. S'ha d'evitar en aquesta època utilitzar la moto o la bicicleta (si es fa, es bo posar-se una mascareta).

No s'ha de tallar la gespa, escombrar terrasses o passejar per parcs o jardins on hi hagi les plantes a les que s'és al·lèrgic.

No s'ha d'estendre roba a l'exterior ja que s'hi pot acumular pol·len.

L'al·lèrgòleg és el metge especialista que fa un diagnòstic etiològic i pot indicar les mesures preventives específiques així com el tractament més adient per a la persona que presenta la patologia.

Observacions

El departament de palinologia de la Universitat Autònoma de Barcelona informa setmanalment de les concentracions de pol·len atmosfèric que es troben a Barcelona i altres ciutats de Catalunya:

<http://www.uab.es/l-analisis-palinologiques.aerobio.htm>

Trobareu més informació sobre les al·lèrgies a:

- Societat Catalana d'Al·lèrgia i Immunologia Clínica SCAIC: <http://www.scaic.org>
- Associació Catalana d'Al·lèrgologia. Diplomats en infermeria ACADI: <http://www.acadi.cat>
- Immunitas Vera. Associació d'Al·lèrgics Alimentaris i al Làtex de Catalunya: www.immunitasvera.org
- AEPNAA. Asociación Española de Alérgicos a Alimentos y al Látex: www.aepnaa.org
- Asociación Española de Alérgicos al Látex: www.alergialatex.es