

Una primavera con el polen a raya

El polvo de las plantas causa el 40% de los casos de alergia, la mitad de los afectados es sensible a tres o más alérgenos

J. S.

Cada vez son más las personas que ven llegar con miedo la primavera. Y es que el polen causa el 40% de los casos de alergia, unas 600.000 personas en Cataluña. El 25% de la población española presenta algún tipo de enfermedad alérgica, especialmente rinitis, que afecta a cerca del 25%, y asma, de un 5 a un 10%. Las precipitaciones anteriores a la polinización ayudan a generar más polen, en cambio, las de la primavera calman la concentración polínica, es decir, limpian la atmósfera. Además, el frío de los días previos a la primavera retrasó las polinizaciones. Con todo, este año la época de alergias por excelencia parece que está pasando de forma tranquila. Según datos de la Red Aerobiológica de Cataluña, en estos momentos nos encontramos en plena polinización de las gramíneas y el olivo, que aunque esta semana en algunas zonas como Barcelona están en nivel medio, la polinización irá en aumento. En el Mediterráneo predomina sobre todo la parietaria, que actualmente se sitúa en sus niveles máximos en muchas zonas de Cataluña. En las ciudades, además, destaca el polen de platanero, que afecta al 25% de los alérgicos, pero en estos días su concentración polínica es nula.

Hace unos años la sintomatología alérgica se limitaba a los meses de primavera, sin embargo, en la actualidad el 70% de los pacientes presenta síntomas durante más de tres meses al año, según la Sociedad Española de Alergología (SEAC). No sólo eso, “cada vez hay más pacientes polisensibilizados, es decir, no sólo son alérgicos a un polen, sino a varios”, asegura Antoni Torres, catedrático de neumología y jefe de medicina interna de Clínica del Pilar. La mitad de los afectados es sensible a tres o más pólenes. Y es que la aler-



gia ha pasado de ser estacional a prácticamente perenne, de febrero a finales de verano. El tipo de polen que más afecta a los pacientes alérgicos es el de gramíneas (50%), seguido del polen de plátano de sombra (25%), de parietaria (20%), de cupresáceas (15%), de olivo (15%) y de quenopodiáceas (10%).

La alergia se puede mostrar de diferentes maneras, pero la más frecuente es la rinoconjuntivitis, picor de ojos y nariz. “En un 20-40%, en las personas más sensibles, desencadena una afectación de los bronquios que acaba en asma”, explica Torres. La anafilaxia es el máximo exponente de la enfermedad alérgica. Esta última es la consecuencia más grave porque afecta a más de un órgano y puede llegar a un shock anafiláctico, que puede ser mortal. El gran problema es que la mitad de los afectados no va al médico porque, con frecuencia, confunden los síntomas de la alergia con un catarro. Estos pacientes deben sospechar que puede no ser un simple resfriado, y por tanto consultar a un especialista, si los síntomas se prolongan más de una semana y, especialmente, si lo hacen durante los meses entre febrero y agosto.

Para el tratamiento lo principal es evitar el contacto con los alérgenos, los pólenes que producen la reacción, aunque resulta realmente difícil en plena polinización, sobre todo porque

estas sustancias pueden viajar más allá de 100 a 200 kilómetros. En este sentido, la Xarxa Aerobiològica de Catalunya (XAC) ha creado una aplicación para móviles que permite a los usuarios consultar la cantidad que hay de un determinado polen en su zona, así como al previsión para los próximos días.

Los broncodilatadores y los corticoides inhalados representan una importante alternativa en el tratamiento farmacológico. “Son herramientas fundamentales para las personas con asma que ayudan a evitar las temidas crisis”, apunta Torres. Por su parte, la inmunoterapia, la administración por vía subcutánea, nasal o sublingual de dosis repetidas de una sustancia alérgica, produce cambios a nivel de componentes del sistema inmunológico que ayudan a controlar los síntomas a largo plazo. Su recomendación debe realizarla un profesional médico tras realizar un estudio alérgico para poder determinar que pólenes son los causantes de la reacción alérgica. En general el tratamiento se prolonga de tres a cinco años, aunque sus efectos perduran una vez éste ha finalizado. “Si el tratamiento se sigue de manera controlada por un especialista se puede llegar a evitar que el paciente con rinitis llegue a tener asma”, añade Torres.



CLÍNICA DEL PILAR

Tel: 93 203 88 00
www.clinicadelpilar.org