

Informació per al Pacient

AL·LÈRGIA AL POL·LEN

¿QUÈ ÉS EL POL·LEN?

Si agafem una flor i l'espolem sobre la mà veurem que cau un polsim molt fi de color groc. Aquest polsim està constituït per nombrosos granets, no visibles a simple vista, que són els grans de pol·len.

Aquests grans són els vehicles que utilitzen algunes plantes per fecundar la part femenina de les plantes i originar una llavor.

En algunes espècies el pol·len és transportat per insectes, però d'altres és l'aire el que s'encarrega de transportar-lo des de la part masculina de la planta fins a la part femenina. És en aquest casos quan poden aparèixer manifestacions al·lèrgiques.

¿QUÈ ÉS LA AL·LÈRGIA AL POL·LEN?

Les substàncies químiques que constitueixen el gra de pol·len poden desencadenar, en persones susceptibles, símptomes de "rebuig" manifestats com a esternuts freqüents, llagrima, prujia nasal, moquera... Tot això no és res més que una reacció del propi cos davant unes substàncies estranyes que han entrat a les vies respiratòries.

Cada individu reacciona de manera diferent a aquesta "agressió" exterior; és per això que hi ha tanta varietat de símptomes, des de la rinitis o la conjuntivitis fins a l'asma.

¿PER QUÈ A LA PRIMAVERA?

És a la primavera quan la major part de les plantes desenvolupen els seus òrgans sexuals, és a dir, les flors, per tal de reproduir-se.

No obstant això, **no totes les plantes pol·linitzen a la primavera**. Algunes ho fan pràcticament tot l'any (ex: parietària), d'altres ho fan bàsicament a l'hivern (ex: mercurialis) i d'altres a l'estiu i a la tardor (ex: altimira).

¿HI HA DEFERÈNCIES SEGONS L'ÀREA GEOGRÀFICA?

Efectivament, segons el clima més o menys fred i segons el règim de pluges d'una zona determinada en dependrà el tipus de pol·len predominant, la seva concentració atmosfèrica i fins i tot el període de pol·linització. És per això que algunes persones milloren o estan lliures de símptomes quan passen la temporada pol·línica en una àrea geogràfica on aquell pol·len és minoritari. I també és per això que algunes persones experimenten "estranyes recaigudes" quan traslladen a una altra zona on el calendari pol·línic va més retardat.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar
Grupo  quirónsalud

¿QUÈ ES POT FER PER MILLORAR ELS SÍMPTOMES?

- Durant el període de pol·linització **cal evitar el contacte directe amb els pòl·lens**: per exemple, sortir al camp, tallar la gespa, escombrar jardins o voreres, etc. Si no es pot evitar, cal protegir-se amb una mascareta.
- Si es viatja en automòbil durant l'època pol·línica, **s'han de mantenir tancades les finestretes del cotxe**, encara que sigui de nit (algunes plantes tenen el pic de pol·linització màxim a última hora de la tarda o a la nit).
- **Cal evitar les sortides a l'aire lliure els dies ventosos**, perquè sol haver-hi un augment de la concentració atmosfèrica de pol·len. En canvi, les concentracions de pol·len disminueixen els dies plujosos.
- **Les ulleres de sol** poden alleujar la irritació conjuntival i el llagimeig.
- Alguns diaris o **pàgines web** publiquen periòdicament els nivells atmosfèrics de pol·len; quan aquest nivell sigui alt caldrà extremar les precaucions.
- És molt important conèixer les plantes a les que s'és al·lèrgic per intentar d'evitar-les sempre que sigui possible: segona vivenda, jardins públics, parcs infantils, descampats vacances.

CALENCARI POL·LÍNIC DE CATALUNYA

	Gener	Febrer	Març	Abril	Maig	Juny	Juliol	Agost	Setembre	Octubre	Novembre	Desembre	
Xiprer			■										
Plàtan de jardí				■									
Plantatge					■								
Parietària			■										
Olivera				■									
Gramínies	■				■								
Blets				■									
Alzina/roure							■						



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar
Grupo  **quirónsalud**