Comunidad de Madrid

Medios de Comunicación

Mediante la Red Palinocam, que envía de lunes a viernes los niveles más relevantes en cada época

La Comunidad de Madrid informa de los niveles de polen propios del invierno que más afectan a los alérgicos

- Los ciudadanos pueden recibir SMS de predicciones de polen enviando el texto ALTAPOLEN al 217035
- La suscripción se puede hacer también a través de la página web www.comunidad.madrid/servicios/salud/polen
- Las arizónicas, como árboles ornamentales en jardines y setos de urbanizaciones, son las que generan más alergias durante el invierno

8 de febrero de 2020.- La Comunidad de Madrid ha activado su sistema de vigilancia e información diaria de los niveles de polen presentes en la atmósfera de la región, a través de la Red Palinológica de la Comunidad de Madrid (Red Palinocam), que coordina la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad.

Este sistema de información, operativo hasta el 30 de junio, utiliza distintos canales para informar a los madrileños de la presencia y predicciones del polen más relevante en cada época del año, mediante envío de mensajes SMS al teléfono móvil o bien por correo electrónico.

En invierno, es el polen de las especies de la familia *Cupresáceas* el tipo polínico más importante, tanto por su abundante presencia atmosférica como por su alergenicidad, siendo casi el único polen alergénico con incidencia alta en esta época del año. Este tipo de árboles están presentes, sobre todo, en los jardines y setos de las urbanizaciones, como por ejemplo las arizónicas, tuyas, enebros o cipreses.

Para suscribirse a la recepción de mensajes SMS, se debe enviar un mensaje de texto con el asunto ALTAPOLEN al número 217035, o bien suscribirse a este servicio y a la recepción de información sobre polen a través de la página web www.comunidad.madrid/servicios/salud/polen

La Red Palinológica actualiza en la página web, de lunes a viernes, la información sobre los niveles de polen en el aire correspondientes al día anterior, e incluye cada día la predicción de los niveles esperados para tres días

consecutivos (72 horas). A través de los SMS también se recibe la predicción de los niveles altos o muy altos. También se puede seguir la información sobre predicción de niveles elevados de polen a través de las cuentas de twitter @SaludMadrid y @012CMadrid.

RED DE ONCE CAPTADORES

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 al microscopio óptico por personal especializado. Después, los datos se envían al centro coordinador que elabora toda la información actualizada para su envío y difusión a través de todos los canales.

La Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense ejerce la Dirección Científico-Técnica de la Red Palinológica; la Dirección General de Salud Pública ejerce la coordinación; y en los laboratorios de los municipios donde se ubican los captadores se muestrea y analiza diariamente el polen de la atmósfera de la Comunidad de Madrid: Alcalá de Henares, Alcobendas, Aranjuez, Coslada, Getafe, Leganés, Las Rozas, Collado Villalba y Madrid, además de las estaciones aerobiológicas del Centro de Asma y Alergia y la Facultad de Farmacia de la Complutense.

CONSEJOS PARA ALÉRGICOS

La persona alérgica debe conocer el tipo del 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, en todo caso, evitar 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, de esta manera, la proliferación de ácaros. También se recomienda emplear filtros de polen en el aire acondicionado de viviendas y de los vehículos.