

# Salud Pública inicia la campaña de previsiones semanales sobre los niveles de polen

Realizará el control polínico en la Comarca de Pamplona, zona de la Ribera y norte de Navarra y estará activado hasta el 30 de junio

**Viernes, 23 de febrero de 2024**



 Polen

El Instituto de Salud Pública y Laboral de Navarra (ISPLN) iniciará la próxima semana la campaña de previsiones semanales de los niveles atmosféricos de polen, servicio que estará activado hasta el próximo 30 de junio. El Instituto continuará con el control polínico anual en diferentes zonas climáticas de la comunidad: Zona Media y Comarca de Pamplona, zona de la Ribera y norte de Navarra.

Este trabajo se lleva a cabo en el marco del proyecto europeo Life-IP NAdapta-CC, liderado por el Gobierno de Navarra, cuyo objetivo es mejorar la adaptación frente al cambio climático de la población de la Comunidad Foral. Para ello el ISPLN ha adquirido e instalado tres nuevos aparatos captadores de polen localizados en Pamplona / Iruña, Tudela y Doneztebe / Santesteban.

El recuento e identificación de los diferentes tipos de pólenes y esporas fúngicas lo realiza el grupo Biodiversity Data Analytics and Environmental Quality (BEQ) del Departamento de Biología Ambiental de la Universidad de Navarra, con la colaboración del Servicio de Alergología del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea (SNS-O).

## Información polínica

La información y datos concretos sobre niveles atmosféricos de polen se facilitarán por diferentes medios con el objetivo de que llegue a la mayor cantidad de población vulnerable posible:

- **Informes diarios y mensuales.** Estarán disponibles durante todo el año en la página web del ISPLN, diferenciando los datos según las tres zonas controladas. Además, estos datos se incorporan a las bases de datos estatales e internacionales.
- **Boletines de predicciones polínicas.** Estarán disponibles entre los meses de marzo a junio en la página web del ISPLN. Los avisos se enviarán cada viernes con la previsión de los niveles de polen de los siguientes siete días. Estos datos también estarán disponibles en las páginas web de los ayuntamientos de Pamplona/Iruña y de Tudela.

Las personas interesadas pueden recibir esta información en castellano y euskera bien mediante el envío de correo electrónico, bien mediante mensajes SMS al teléfono móvil. Éstas pueden solicitar su inclusión en el listado de personas destinatarias de dichos avisos llamando a los teléfonos de atención ciudadana 948 012 012 (usuarios con tarifa plana) ó 012 (coste de la llamada: 0'34 euros independientemente de la duración), o enviando un correo electrónico con la solicitud a la dirección [navarra@navarra.es](mailto:navarra@navarra.es).

Por su parte, las personas residentes en Pamplona, pueden solicitarlo por teléfono en el Servicio 010 del ayuntamiento o por correo electrónico a la dirección [010@pamplona.es](mailto:010@pamplona.es). Dentro de este servicio, en la primavera de 2023 estaban inscritas 1.775 personas.

## La alergia al polen: Polinosis

Muchos árboles, arbustos, hierbas, praderas o césped de parques tienen pólenes de pequeño tamaño que se diseminan con las corrientes de aire y son los que causan síntomas de alergia con mayor frecuencia.

La presencia de polen de las diferentes especies vegetales y su concentración en la atmósfera depende de

muchos factores. La vegetación, el periodo de polinización anual de cada especie vegetal y la meteorología, principalmente la temperatura, precipitación y vientos, son los factores que determinan su concentración en el aire y contribuyen a causar alergia a las personas sensibles.

La polinosis es una enfermedad alérgica caracterizada por producir síntomas en las personas sensibles, que afecta, sobre todo, a las mucosas respiratorias, principalmente la rinitis alérgica y el asma alérgica y síntomas oculares, como la conjuntivitis alérgica entre otros.

La alergia al polen es un problema de salud pública, ya que en los países industrializados afecta aproximadamente al 15% de la población, incrementándose este porcentaje hasta un 30 % entre las personas más jóvenes.

La contaminación atmosférica es un factor que potencia el efecto alergénico del polen. Otro elemento que contribuye a agravar este problema de salud es el proceso de cambio climático, que varía los periodos de polinización de las diferentes especies de plantas y favorece el establecimiento de especies y pólenes de climas más templados, a los que la población no había estado expuesta anteriormente.

### **Prevención y tratamiento de la alergia al polen**

La medida más eficaz para prevenir la alergia al polen es evitar la exposición al tipo de polen al que los y las pacientes son sensibles. Para ello es fundamental el diagnóstico, la determinación del tipo o tipos de polen a los que el paciente es alérgico. Este diagnóstico debe hacerse consultando a su médico.

La información sobre el inicio, duración y finalización de la polinización, así como de los niveles de los pólenes a los que son alérgicos los pacientes les permite adoptar medidas preventivas para evitar la exposición, aplicar tratamientos preventivos o, en caso necesario, utilizar medicación para controlar los síntomas.

Aplicar tratamientos según las pautas prescritas por el médico en los periodos de mayor polinización mejora sensiblemente la calidad de vida de los pacientes. A largo plazo, las vacunas antialérgicas resultan eficaces en la prevención, disminución e incluso, en un porcentaje amplio de pacientes, en la curación de los síntomas característicos de la enfermedad.

Las medidas de evitación para prevenir la exposición y los síntomas se basan, principalmente, en mantenerse el mayor tiempo posible en el interior de las casas y con las ventanas cerradas durante los picos de polinización, especialmente de noche; no pasear a primera hora de la mañana, cuando la concentración de polen es más elevada; evitar estar en zonas con césped o cortarlo; y cuando se utilice aire acondicionado en casa o en el coche, que estos dispositivos dispongan de filtros de retención de polen.