

SALUD | ALERGIAS

# MENOS POLEN, MÁS ALERGIAS

**La primavera 'post-confinamiento' dispara la sintomatología entre las personas alérgicas debido a «la mayor exposición y al aumento de la contaminación», pese a que los índices polínicos son «moderados»**

A. G. MOZO / VALLADOLID

Los alérgicos ambientales están viviendo una segunda mitad de mayo especialmente complicada. Picor de ojos, estornudos, congestión... el malestar se ha vuelto a adueñar de sus vidas a pesar de que, sobre el papel de la teoría, esta no debería ser su peor primavera, debido a que la presencia de pólenes no está en su techo y la obligatoriedad de la mascarilla juega mucho a su favor.

Las gramíneas, el tipo de polen que más problemas causa en el centro peninsular, solo ha estado una semana en niveles altos -la del 17 de mayo-, lo mismo que sucede

con las oleáceas (además del olivo, también son de esta especie los setos que adornan numerosas medianas de las vías urbanas), el pino y el llantén; encina y roble se están comportando algo peor, en cambio, y acumulan más tiempo en niveles 'altos'. Pero en general el conjunto de especies de esta zona están reportando índices polínicos bastante moderados en Valladolid, una situación que contrasta con los picos de sintomatología que sufren desde hace dos o tres semanas los alérgicos.

«Hay unos niveles moderados de polen, pero en cambio los pacientes presentan más síntomas», afirma la jefa del servicio de Alergología

del Hospital Río Hortega (HURH), Alicia Armentia. ¿Y cómo se explica este aparente contrasentido? La también profesora de la Universidad de Valladolid pone en contexto esa afirmación del titular (menos polen, más alergias) con la situación de 'post-confinamiento' que se vive después de las limitaciones en la movilidad que hubo durante la primavera anterior, la de 2020: «Este año saldremos más a la calle, con lo que el tiempo de exposición al polen aumenta y, además, hay más contaminación (el año pasado bajó por la menor movilidad y el descenso del tráfico), lo que hace que los pólenes sean más agresivos». «La primavera está siendo moderada,



Pelusas de polen en Valladolid. / JT

# VINAROSZ

”La costa,  
a tu alcance”

Castellón

BALCÓN  
DE VINAROSZ

De 1 a 4 habitaciones  
Áticos dúplex y tríples

Desde

**55.000** €



INFORMACIÓN Y VENTA:

**616 964 487**

[www.riovena.es](http://www.riovena.es)



**ALICIA ARMENTIA**  
JEFA ALERGOLOGÍA  
HOSPITAL RÍO HORTEGA

«Esta primavera está siendo moderada, pero con la diferencia respecto a la anterior de que podemos tener más síntomas, puesto que vamos a exponernos más al polen por la relajación del estado de alerta»

«El pico ya está siendo y solo decaerá cuando el calor agoste las gramíneas»

pero con la diferencia respecto a la anterior de que podemos tener más síntomas, puesto que vamos a exponernos más al polen por la relajación del estado de alerta», resume.

Armentia es consciente de que «los alérgicos al polen no pueden quedarse dentro de sus casas en primavera» y, por ello, aconseja «buscar un correcto diagnóstico alergológico y conocer la especie vegetal a la que responden» y, ya a partir de ahí, «tratar de evitar los lugares donde se desarrolla y hacerse tolerante a este polen mediante un adecuado tratamiento inmunomodulador». Recuerda, en el mismo sentido, que la mascarilla es un buen método para evitar la reacción, así como el uso de gafas de sol «pues evita que el polen llegue a las mucosas oculares y, por tanto, no se produce la respuesta alérgica».

**GRAMÍNEAS.** Pese a los diferentes niveles de incidencia del polen de gramíneas que ha ido reportando la Red de Aerobiología de Castilla y León (Racyl) durante este mes de mayo y esa única semana en fase 'alta', Armentia advierte de que «el pico ya está siendo» y recuerda que solo decaerá «cuando el calor agoste a las gramíneas», por lo que la meteorología volverá a tener un papel determinante en la mejora (o no) de la sintomatología alérgica, puesto que si en vez de hacer calor, llueve, la temporada se alargará.

## Los próximos días se prevén niveles altos de polen de gramíneas, roble y encina en Valladolid

La última previsión publicada por Sacyl este jueves habla de niveles altos de gramíneas, roble y encina para los próximos días; moderados de pino, llantén, olivo, parietaria y acedera; y bajos de otros como el chopo.

Este pico alérgico no se traduce por ahora en problemas en las consultas médicas: «No tenemos muchos pacientes en espera porque ni durante lo peor de la primera ola de la pandemia cerramos consultas», puntualiza la doctora Armentia. De los 16.000 pacientes que ven cada año en el Río Hortega, algo más de la mitad son nuevos.

Lo que sí hicieron hace un año fue apostar por la tecnología para

intentar facilitar el seguimiento de los pacientes con una 'app' en la que también se incluía la variable covid: «Desarrollamos un sistema de alerta temprana sobre riesgo ambiental e infección covid que estaba basado en datos clínicos reales, con una aplicación APK de telemonitorización móvil», detalla la jefa del servicio, quien apunta que «el objetivo era avisar al paciente vulnerable de cualquier evento ambiental que pudiera afectar a su salud y enviarle instrucciones para el tratamiento inmediato».

**'BIO DATA'.** Esta 'app' se basa «en la experiencia clínica recogida en 23.000 pacientes asmáticos de la base de datos de la Unidad de Alergia del HURH desde hace 30 años», puntualiza Armentia, que recuerda que lo que se pretendía era «diseñar una aplicación clínica de 'big data' que estuviera destinada a los problemas de salud asociados al cambio climático, a la pandemia covid, pero también para posibles pandemias futuras», explica esta doctora que, además, capitaneó durante los denominados equipos 'covid-residencias' fusionando allí su dilatada experiencia. «Además de los pacientes en seguimiento telemático en nuestra Unidad de Asma difícil, se atendió e identificó una cohorte de 835 pacientes en diferentes residencias geriátricas de la provincia, la mayoría con covid, así como pacientes pluripatológicos».

# OLIVA

Valencia

BALCÓN  
DE OLIVA

De 1 a 3 habitaciones  
Áticos con grandes terrazas

Desde  
**72.000** €

COMERCIALIZA



RÍO VENA  
GRUPO

Costa Blanca

