

Vigilancia del Polen

- En el marco de la Vigilancia de Riesgos Ambientales y la Salud Pública, se realiza el seguimiento de los niveles de polen en la atmósfera a partir de la información recogida en 11 captadores estratégicamente situados en la Comunidad de Madrid, constituyendo la Red Palinológica de la Comunidad de Madrid o Red Palinocam.
- Los datos de polen, su serie histórica y el pronóstico meteorológico permiten formular diariamente predicciones de niveles de polen, de gran interés para alérgicos y sanitarios.

Red Palinocam

- La Red Palinológica de la Comunidad de Madrid ofrece información de los 11 captadores de polen situados en Alcalá de Henares, Alcobendas, Aranjuez, Coslada, Getafe, Leganés, Las Rozas, Collado Villalba, Madrid, un Centro de Alergia y Ciudad Universitaria.
- De enero a junio se ofrece información diaria y durante todo el año información semanal.
- Además, en los periodos de máxima polinización de Cupresáceas, Plátano, Gramíneas y Olivo se realiza la predicción de los niveles diarios de estos tipos polínicos por ser de los más alergénicos en nuestra región.



Comunidad de Madrid

www.madrid.org

MÁS INFORMACIÓN

www.madrid.org/polen

sanidadambiental.polen@salud.madrid.org

CONSEJERÍA DE SANIDAD

© Comunidad de Madrid
Edita: Dirección General de Salud Pública

Imprime: BOCM

Tirada: 20.000 ejemplares
Edición: 3ª/2015

Depósito Legal: M-37776-2015

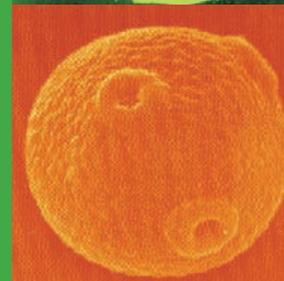
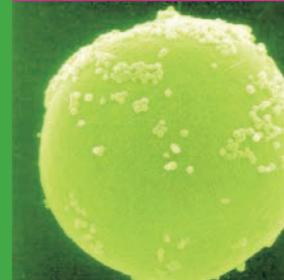
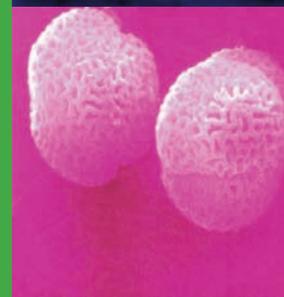
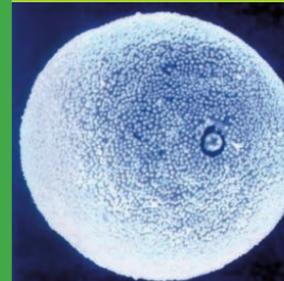
Impreso en España - Printed in Spain



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la Comunidad de Madrid y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.

www.madrid.org/publicamadrid

Salud Pública y Vigilancia del Polen



RED PALINOCAM

Alcalá de Henares

Alcobendas

Aranjuez

Coslada

Getafe

Leganés

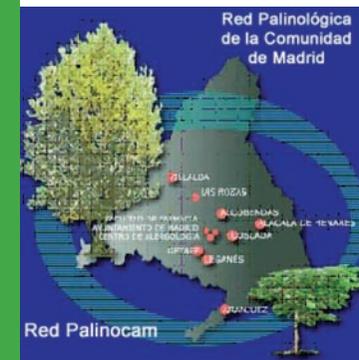
Las Rozas

Collado Villalba

Madrid

Centro Alergia

F. Farmacia UCM



Red Palinocam: Vigilancia del Polen

¿Cuándo hay polen?

Invierno

El primer polen del año en el aire procede de árboles de la Familia de las Cupresáceas y Taxáceas, entre los que destacan:

- Arizónicas y tuyas: Especies ornamentales para la formación de setos y barreras cortavientos.
- Ciprés: Árbol mediterráneo de los paseos y cementerios.

Primavera

- A comienzos del mes de abril aparece el polen del Plátano de Paseo o de sombra, cuyo periodo de polinización es muy corto, aproximadamente de 15 días.
- En el mes de mayo florecen la mayoría de las Gramíneas, que constituyen en mayor medida el césped de nuestros parques y jardines, aunque hay muchas otras silvestres que crecen en descampados, pastos y praderas.
- En el mes de junio además está presente el polen del Olivo, cultivo tradicional muy extendido, que en los últimos años se está empleando como ornamental en algunos parques y jardines. Existen otras plantas de la misma familia que pueden producir alergia de proximidad: fresnos, lilas, jazmines, aligustres, árbol del paraíso y otras especies ornamentales.

¿Qué es el polen?

- Es el conjunto de granos diminutos producido en las flores con fines reproductivos.
- El grano de polen no se ve a simple vista y por eso su análisis se hace al microscopio.
- El polen produce alergia en personas sensibles pudiendo causar rinitis, conjuntivitis y en los casos más graves, crisis asmáticas.



Inflorescencias
PLÁTANO DE PASEO



GRAMÍNEAS en flor



ARIZÓNICA en flor

Consejos para alérgicos

- Conocer los tipos polínicos a los que se es alérgico y los periodos de polinización de las plantas que los producen.
- Utilizar gafas de sol en el exterior y mascarillas para evitar el contacto con las mucosas de la boca, nariz y ojos.
- Extremar la higiene de manos y cara, limpiando con agua fresca nariz y ojos frecuentemente.
- Seguir la medicación según las pautas prescritas por el médico. 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.
- Evitar el contacto directo con las plantas productoras del polen al que se es alérgico.
- Viajar en coche con las ventanillas cerradas (evitando desplazamientos en moto o bicicleta).
- Emplear filtros de polen en el aire acondicionado de las viviendas y los vehículos si es posible.
- En el domicilio utilizar aspirador y limpiar el polvo con bayeta húmeda.
- Tener en cuenta que las concentraciones de polen en el aire aumentan en días de tormentas de alto contenido eléctrico y vientos fuertes.