

ALERGIAS AL POLEN DE ÁRBOLES MEDITERRANEOS



Los **árboles** constituyen una fuente importante de pólenes con un fuerte poder alergénico. En la región mediterránea existen tres árboles especialmente alergénicos: los cipreses, los olivos y los plátanos de sombra.

¿QUÉ ES LA ALERGIA?

La reacción alérgica corresponde a una respuesta anormal y excesiva del **sistema inmunitario** frente a una sustancia extraña al organismo: **el alérgeno** (ácaros, pólenes, pelos de animales, alimentos, fármacos...). Éste se pone en contacto con el organismo y, a consecuencia de este primer encuentro (**fase de sensibilización**), el sistema inmunitario considera a esta sustancia como un alérgeno. Esta primera fase es silente, es decir, que el sujeto que está sensibilizado a un alérgeno no presenta ningún síntoma concreto. En un segundo contacto, el organismo "sensibilizado" desencadena la **reacción** con manifestaciones propiamente alérgicas.

LA RINITIS ALÉRGICA ESTACIONAL (RAE)

Provocada en gran parte por los pólenes de los árboles mediterráneos.



Niños
1/20



Jóvenes
1/10



Adultos
1/4

La **frecuencia** de la rinitis alérgica estacional (RAE) sobre la población en general es tal, que ya se habla de un verdadero problema de Salud Pública. La OMS (Organización Mundial de la Salud) considera la Rinitis Alérgica como la 4ª patología crónica a nivel mundial.

Los **síntomas** son fácilmente reconocibles, ya que afectan especialmente a la tríada nariz - ojos - faringe.

ORGANO			
SINTOMAS	<ul style="list-style-type: none">- Taponamiento nasal- Estornudos- Picor de la nariz	<ul style="list-style-type: none">- Lagrimeo- Enrojecimiento- Picores	<ul style="list-style-type: none">- Prurito de la faringe
INCIDENCIA	85%	50 - 80%	40%

Hay gran variedad de síntomas asociados que pueden indicar la presencia de otras enfermedades alérgicas, como el asma:

- Alteraciones del sueño: <50%
- Tos: 30%
- Dificultad respiratoria: 15 - 25%
- Silbilancias (pitos): 36%
- Otras: cansancio, dificultad de concentración, nerviosismo...



EL CIPRÉS

Los cipreses (*Cupressus* spp.) forman parte de la familia de las Cupresáceas. Son plantas gimnospermas, es decir, su semilla se encuentra desnuda y no recubierta o dentro de frutos. El polen del ciprés se libera en grandes cantidades desde los conos masculinos para llegar a los conos femeninos y llevar a cabo la fertilización. Este proceso de transporte del polen gracias al viento se conoce como polinización anemófila. El enebro (*Juniperus* spp.) es un árbol que pertenece a la misma familia que los cipreses: las Cupresáceas. El *Juniperus ashei* es un árbol con la copa irregular y la corteza gris ceniza pálida que se exfolia fácilmente.

El polen de este árbol se utiliza para el diagnóstico y el tratamiento de las alergias a las cupresáceas. Esta familia se encuentra en los bosques secos y comprende 24 especies, de las cuales 6 habitan en la región mediterránea. La alergia a los pólenes de cipreses se manifiesta como una polinosis invernal y suele producir rinoconjuntivitis y en algunos casos asma.

El 22% de los pacientes con rinitis alérgica están sensibilizados a las cupresáceas, aunque esta cifra puede ser superior en determinadas regiones, como la zona centro de la Península Ibérica. La progresión de este tipo de alergia probablemente es debida al uso creciente de estos árboles en jardines como plantas ornamentales o como setos.



EL OLIVO

El olivo pertenece a la familia de las Oleáceas. La polinización del olivo es anemófila y generalmente comienza en mayo y termina en junio. Vive en terrenos secos y rocosos y su follaje es verde, con hojas simples, enteras o dentadas. El cultivo del olivo y su producción de aceite tienen una enorme importancia económica en los países del sur de Europa (España, Italia, Grecia).

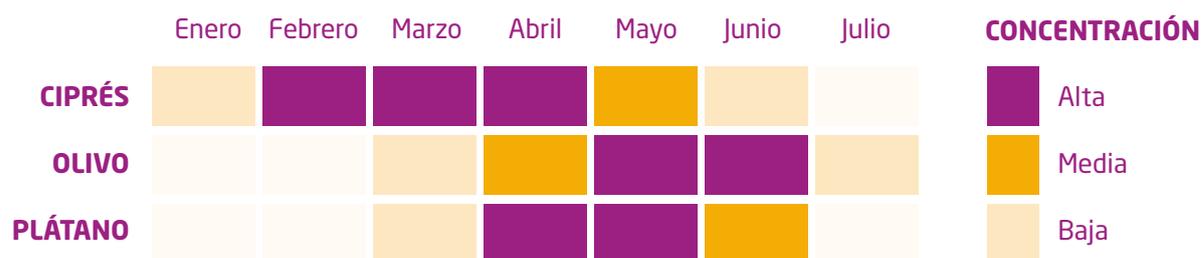
A menudo la alergia al polen del olivo, que se manifiesta como rinitis, conjuntivitis y asma y se asocia con una sensibilidad a otros pólenes como el de las gramíneas.



EL PLÁTANO DE SOMBRA

Los plátanos pertenecen a la familia de las Platanáceas. También angiospermas, su polinización es abundante y de tipo anemófila. Estos árboles se pueden ver fácilmente en avenidas, parques, jardines y en carreteras. La alergia al polen del plátano de sombra es responsable de cuadros de conjuntivitis, rinitis y asma. En España, más del 20% de los pacientes con rinitis alérgica están sensibilizados al polen del plátano.

CALENDARIO POLÍNICO



TRATAMIENTO

- **Tratamiento sintomático:** se utiliza para reducir los síntomas y tratar la inflamación alérgica: antihistamínicos, corticoides locales..
- **Tratamiento etiológico:** la inmunoterapia (o vacunas antialérgicas) consiste en administrar progresivamente dosis crecientes del alérgeno, con el fin de habituar al organismo al polen del árbol responsable de la alergia. Pueden ser administradas por vía subcutánea o por vía sublingual. Debe ser prescrita por un especialista y consta de dos fases: de inicio y de mantenimiento (**dura entre 3 y 5 años**).

Pida consejo a su alergólogo