



Especialistas culpan a las altas temperaturas

Atención, alérgicos: polen de plátano oriental llegó a su peak la última semana

JULIO MATUS

Aunque falta casi una semana para la llegada de la primavera, el próximo lunes 23, ya está aquí uno de sus efectos más molestos: las alergias. Esta semana el nivel de pólenes, especialmente de árboles, pasó de alto a muy alto, gracias a las agradables temperaturas máximas de los últimos días.

Según la Fundación de Aerobiología, Medio Ambiente y Salud (Fundamas), el índice se elevó en plátanos orientales (*Platanus orientalis*) y ar-

Para evitar el sufrimiento, médicos sugieren ventilar las habitaciones con la ventana abierta, pero con la cortina sin correr.

ces (Acer), entre otros, de acuerdo con lo publicado en su sitio [pólenes.cl](https://acortar.link/3Ik1tv) (ver más detalles en <https://acortar.link/3Ik1tv>).

“Se disparó el polen la semana pasada”, reconoce el doctor Pedro Mardones, especialista en estas enfermedades y presidente de Fundamas. “Están altísimos, entre la semana pasada y ésta están en cifras récord”, plantea.

De acuerdo con sus propias mediciones, mientras el total de árboles emitió 1.147 g/m³ en los últimos días, sólo el plátano oriental estuvo

lanzando 925 g/m³. A eso se suman los pastos (10 g/m³) y la maleza (15 g/m³).

“El polen tiene una correlación en primavera y entrando al verano absolutamente lineal con la temperatura, entonces los días de más temperatura sube mucho el polen”, afirma el médico.

La explicación es que, según el especialista, todas las primaveras algunos árboles cumplen su ciclo y lanzan el polen que es arrastrado por el viento para intentar fecundar a otro de la misma especie.

“La mayor parte de los árboles urbanos está en su peak, pero el plátano oriental y el arce se notan más, porque se han plantado más en la ciudad, lo cual genera que en una persona que ordinariamente no debería tener tantas alergias, su sistema inmunológico diga basta”, asegura el médico.

El doctor Mardones dice que los alérgicos a la primavera son el 30% y, dentro de ese porcentaje, el 40% es alérgico al plátano oriental, conocido así por todos, aunque en realidad debería ser plátano acerifolia con más exactitud.

De acuerdo con un cálculo de la Fundamas, según cuenta el especialista en alergias, en la Región Metropolitana “se pierden por lo menos US\$ 200 millones por temporada, por problemas de productividad, ya que baja de varias maneras, a través del ausentismo, el presentismo, las consultas médicas, todas esas cosas se miden”.

Reconoce que es un cálculo “muy conservador”.

El doctor Pedro Mardones entrega algunas recomendaciones simples cuando se trata de alergia simple. Dice que lo primero es un buen diagnóstico con un especialista para tratar la enfermedad.

“Hay varios tips que ayudan, sobre todo en septiembre y parte de octubre. Por ejemplo, mantener las ventanas cerradas la mayor parte del día, ventilar unos minutos y ojalá con una cortina de por medio. También cerrar las ventanas de los autos. No permanecer mucho rato en lugares donde haya estos árboles. Usar anteojos de sol. La mascarilla ayuda bastante. Ojalá secar la ropa dentro de la casa, en fin, son varias cosas”, dice.



Los molestos síntomas de las alergias ya se comienzan a notar por el alza del polen.

Problemas

La doctora Ana María Gallardo, inmunóloga y miembro del Centro de Enfermedades Respiratorias y Alergias de Clínica Universidad de los Andes, dice que “algunas personas con predisposición genética desarrollan hipersensibilidad a proteínas presen-

tes en los pólenes de árboles, pastos y/o malezas”.

Agrega que como la primavera es “la temporada de mayor polinización del año, estos pacientes presentan síntomas como estornudos continuos, congestión nasal y picazón de garganta, ojos, oídos y paladar”.

“Si la rinitis alérgica no se trata adecuadamente, puede haber una serie de consecuencias negativas, como una afectación significativa de la calidad de vida”, advierte. “No llevar un tratamiento adecuado se asocia con bajo rendimiento laboral y académico, mala calidad del sueño, irritabilidad y problemas emocionales”, advierte la doctora Gallardo.

También destaca la importancia de consultar con un especialista antes de la temporada.