

**AFECTADOS POR ENFERMEDADES ALÉRGICAS EN ESPAÑA**

**16 MILLONES**



La mitad de estas personas,  
**8 MILLONES**  
lo desarrollan por exposición a

**POLEN**



**¿CUÁL ES LA RELACIÓN ENTRE LA CONTAMINACIÓN Y LA ALERGIA ?**

**PARTÍCULAS  
DIÉSEL**

Se adhieren al grano de polen y lo transportan

Dañan la mucosa del  
**TRACTO  
RESPIRATORIO**

Provocan inflamación local y facilitan la entrada de alérgenos al árbol respiratorio

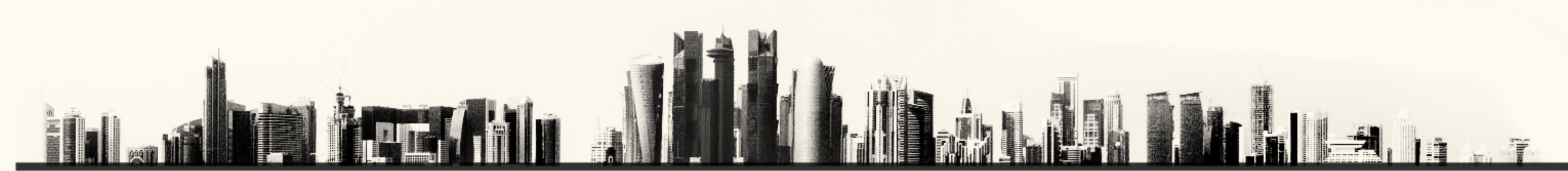
**REACTIVIDAD  
BRONQUIAL**

Superior en personas predispuestas al asma

Modifican la respuesta  
**INMUNE**

Aumenta la síntesis de anticuerpos IgE frente al polen

**¿POR QUÉ HAY MÁS ALERGIAS EN CIUDADES QUE EN POBLACIONES RURALES?**



**CALEFACCIÓN & MOTOR DIÉSEL**  
alteran la estructura del polen

**EL POLEN  
GENERA PROTEÍNAS  
DE ESTRÉS**

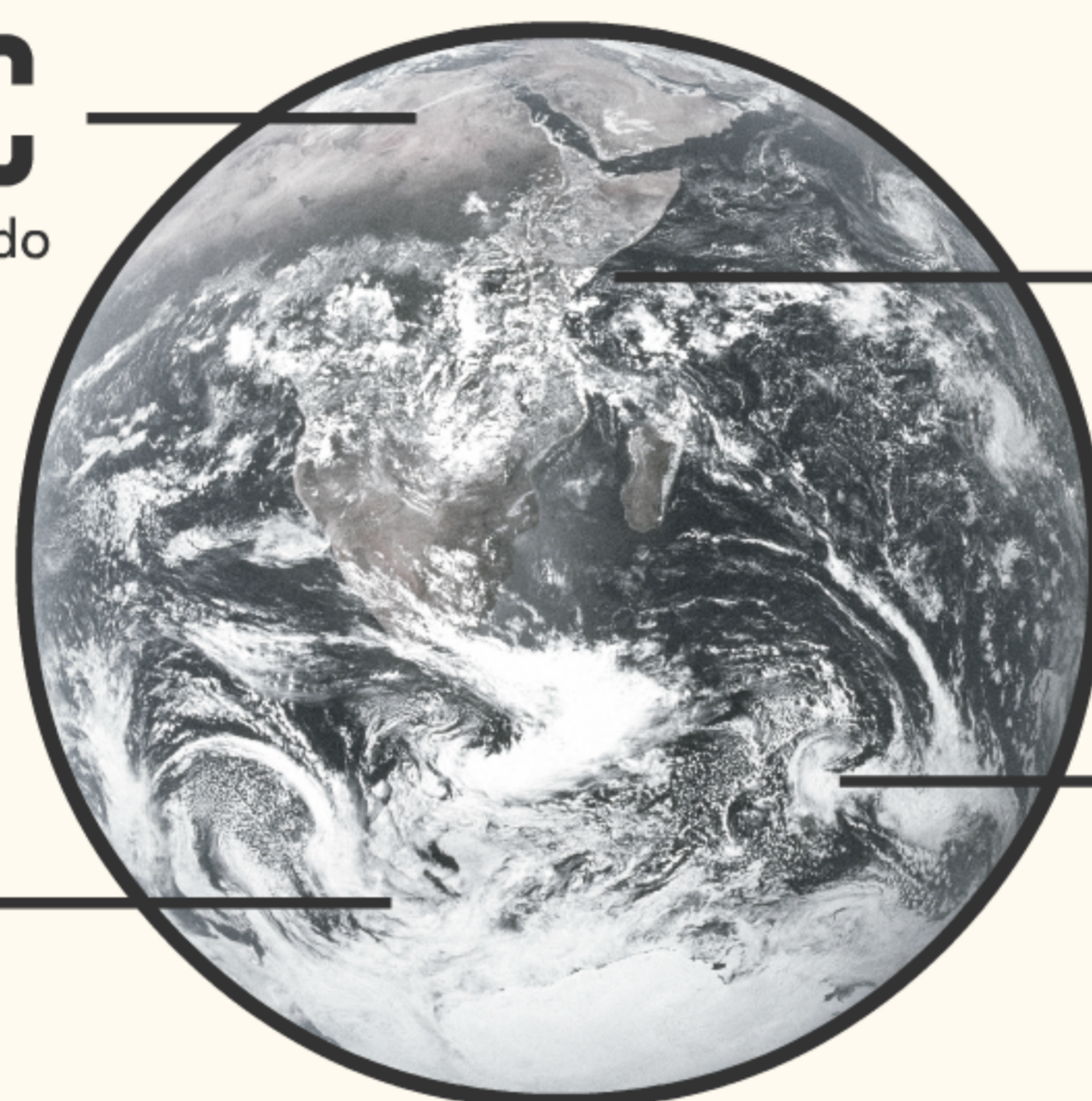
LAS PROTEÍNAS DE ESTRÉS HACEN  
**+ AGRESIVOS**  
AL POLEN EN CIUDADES Y CERCA DE AUTOPISTAS

LA ATMÓSFERA EN LA CIUDAD SE  
**CALIENTA**  
impidiendo el escape del polen

**¿CÓMO AFECTA EL CAMBIO CLIMÁTICO A LOS CICLOS DE LAS PLANTAS ?**

En los últimos  
**100 AÑOS** **1°C**  
la temperatura de la Tierra ha aumentado

**CALENTAMIENTO GLOBAL**  
provocado por gases de efecto invernadero como el CO2 que producen vehículos y fábricas



**CAMBIO CLIMÁTICO**  
modifica los factores meteorológicos y altera los ciclos de polinización

**POLEN**  
El período de floración dura mucho tiempo. Estamos más meses expuestos al polen

**¿CÓMO MEJORAR LA CALIDAD DEL AIRE?**

**MEDIDAS TECNOLÓGICAS**



**CONTROL POR ZONAS**  
Cambio en la composición de combustibles: híbridos, GLP, GNC, eléctricos...



**MODERNIZAR  
LOS PROCESOS  
INDUSTRIALES**



**CAMBIO DE FLOTAS**  
Adaptando el combustible que consumen los transportes públicos.

**MEDIDAS NO TECNOLÓGICAS**



**CONTROL POR ZONAS**  
Reducción de velocidad, aparcamientos alternativos, peatonalización, peajes para no residentes, etc.



**USO  
DE LA  
BICI**



**CONTROL DE ESPECIES ALERGICAS**  
Realizando podas antes de su floración en invierno y evitando plantar en la ciudad.

**RECOMENDACIONES PARA ALÉRGICOS EN LOS DÍAS DE ALTA POLINIZACIÓN**

**1** Consultar los niveles de polen a través de aplicaciones avaladas por **SEAIC** o en [www.polenes.com](http://www.polenes.com)

**2** No podar o cortar el césped. Evitar actividades al aire libre y salidas al campo.

**3** Ventilar la casa durante poco tiempo y hacerlo a primera y última hora, manteniendo las ventanas cerradas el resto del día.

**4** Utilizar gafas de sol y mascarilla cubriendo nariz y boca.



**5** Al llegar a casa, ducharse y cambiar de ropa.

**6** Viajar con las ventillas del coche subidas y usar filtro antipolen.

**7** Utilizar **purificadores de aire**. Filtran la mayoría de las pequeñas partículas ambientales y limpian el ambiente en espacios cerrados.

**8** No automedicarse. Si hay síntomas alérgicos, acudir al médico alergólogo para aplicar un tratamiento especializado.