

Olivier

Informations botaniques :

Famille : OLÉACÉES. Cette famille est composée de plusieurs genres et espèces outre la plante à laquelle nous faisons référence ici, qui est principalement l'olivier cultivé (*Olea europaea* var. *europaea*), en raison de l'expansion de sa culture et de sa présence ornementale dans les villes, ainsi que de l'allergénicité de son pollen. On trouve également un olivier sauvage (*Olea europaea* var. *sylvestris*), qui pousse près de la côte dans les régions au climat méditerranéen.

L'olivier est un arbre vert ou à feuilles persistantes, d'une hauteur de 2 à 10 mètres. Les feuilles sont étroites et allongées (lancéolées), vert foncé sur l'avvers (face supérieure) et vert-gris argenté sur le revers (face inférieure). Les fleurs sont petites mais très voyantes, en raison de leur couleur blanche et de leurs étamines jaunes, et elles sont groupées en inflorescences. Le fruit est l'olive, de forme ellipsoïdale ou globulaire, et qui possède de différentes teintes, du vert au rouge et au noir à maturité.

L'olivier est largement cultivé pour son fruit (l'olive), dont on extrait l'huile, mais aussi pour sa consommation directe. Outre sa présence dans les champs cultivés, il est également utilisé dans les zones urbaines et bâties comme arbre d'ornement (nous vous le déconseillons !) dans les parcs et jardins, tant publics que privés.



Fig. 1. Vue générale d'un olivier (ornemental) et vue détaillée d'une branche avec des feuilles et de rameaux avec des feuilles et des fruits (olives).

Nom scientifique (espèce) : *Olea europaea*

Noms vernaculaires :

Français: olivier, oléastre (sauvage)

Català: olivera, oliver, bardia, nastre, ullastre (silvestre), oastre (silvestre)

Castellano: olivo, aceituno, olivera, acebuche (silvestre), azambujo (silvestre), oleastro (silvestre), zambullo (silvestre).

Euskera: gaimelurraitz, olibondoa.

Galego: oliveira, zambujo.

Les espèces les plus importantes de la famille sont : Filaire à feuilles larges et étroites (*Phillyrea latifolia* et *P. angustifolia.*), Frêne (*Fraxinus sp.*), Troène (*Ligustrum vulgare* et autres espèces de *Ligustrum*) et Lilo (*Syringa vulgaris*) entre autres. Le pollen de toutes ces espèces est semblable à celui de l'olivier, mais avec des caractéristiques suffisamment claires pour le différencier et, par conséquent, lorsque nous parlons de pollen d'olivier, nous nous référons exclusivement à celui d'*Olea europaea*.

Informations aerobiologiques:

Le pollen de l'olivier est présent dans l'air pendant les mois de mai à juin, bien que dans les régions plus chaudes, il puisse commencer en avril et la présence du pollen peut se prolonger jusqu'en juillet. La présence de ce pollen est particulièrement sensible dans les zones proches des cultures et atteint également les zones montagneuses car il est facilement transporté par les courants aériens.

Le calendrier pollinique est présenté ci-dessous, avec des informations sur la distribution de ce type de pollen tout au long de l'année dans chacune des stations du réseau aérobiologique de Catalogne (*Xarxa Aerobiològica de Catalunya, XAC*). Pour plus d'informations, consultez : <https://aerobiologia.cat>

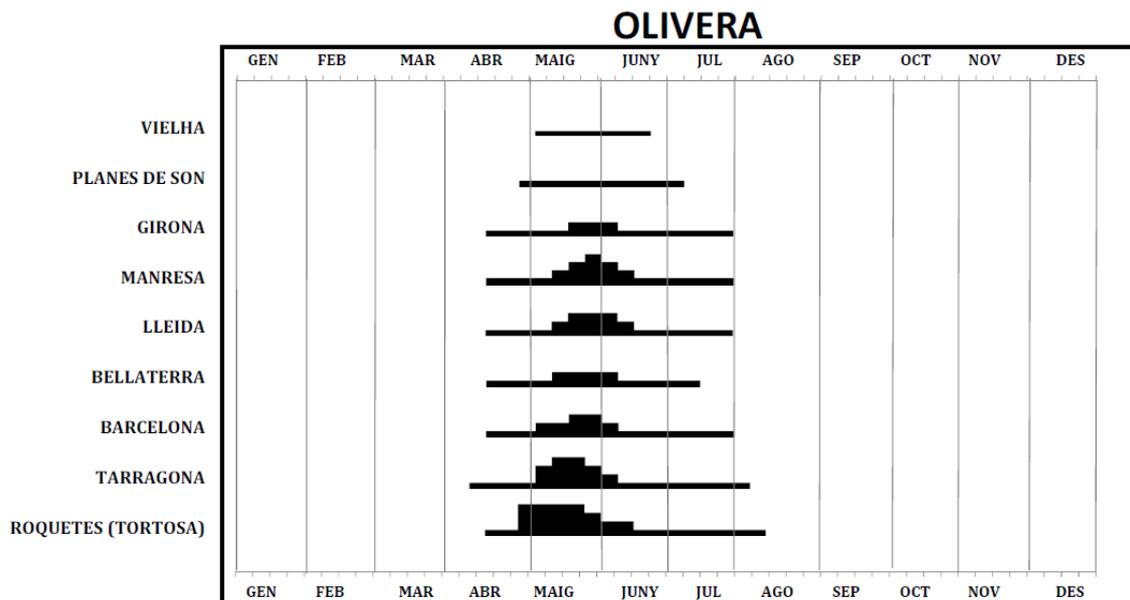


Fig. 2. Dynamique comparative des niveaux de pollen d'olivier en Catalogne et des risques d'allergie.

Niveaux	Concentrations	Allergies
1. Bas	Peu importantes	Raras
2. Moyen	Intermédiaires	Risque possible
3. Haut	Très élevées	Risque important
4. Très haut	Maximales	Risque maximal

Remarque : à proximité des plantes à fleur, les niveaux peuvent être plus élevés qu'indiqués.

Informations médicales

Le pollen de l'olivier est présent dans l'air pendant les mois de mai à juin, bien que dans les régions les plus chaudes, il puisse commencer en avril et la présence du pollen peut se prolonger jusqu'en juillet. La présence de ce pollen est particulièrement sensible dans les zones proches des cultures et atteint également les zones montagneuses car il est facilement transporté par les courants aériens.

L'association de l'allergie au pollen d'olive et au pollen de graminées est fréquente, du fait qu'une partie de la pollinisation des graminées coïncide avec celle de l'olivier.

Conseils aux personnes allergiques au pollen d'olivier

- Savoir (grâce à un diagnostic médical) quel pollen est à l'origine de l'allergie.
- Être au courant des niveaux de pollen allergène dans votre zone habituelle et s'informer des niveaux dans les zones où vous prévoyez de vous rendre. Il est conseillé d'adapter les déplacements volontaires (week-ends, vacances...) à des zones où l'allergène qui vous affecte n'est pas présent. Le site web <https://aerobiologia.cat> présente des informations actualisées sur les niveaux de pollen en Catalogne et explique comment accéder aux données d'autres zones géographiques. Vous pouvez vous inscrire (et vous désinscrire) pour recevoir le bulletin d'information hebdomadaire à l'adresse suivante : <https://aerobiologia.cat/pia/en/subscribe#newsletter>.
- Si vous constatez des "problèmes" en dehors de la saison habituelle, consultez votre allergologue pour voir si vous n'êtes pas sensibilisé à d'autres allergènes.
- Apprenez à reconnaître la plante pollinisatrice à l'origine de l'allergie et, surtout, à quoi ressemble sa fleur, dès qu'elle commence à se former et pendant qu'elle libère son pollen.
- Conservez la plante allergène dans votre environnement habituel (maison, école, travail, etc.) et évitez autant que possible de vous en approcher lorsque elle commence à ouvrir des fleurs et jusqu'à ce que la période de floraison soit terminée.
- Pendant la saison de pollinisation,
 - si vous êtes à l'extérieur, protégez vos yeux avec des lunettes et votre nez et votre bouche avec un foulard ou un masque pour aider à filtrer l'air.
 - si vous voyagez en voiture, faites-le avec les fenêtres fermées et avec un filtre à pollen ; si vous voyagez en moto ou à vélo, suivez les conseils ci-dessus.
 - changez de vêtements lorsque vous rentrez chez vous et lavez-les avant de les porter à nouveau.
 - faites sécher vos vêtements à l'intérieur, pour éviter de retenir l'allergène qui vous affecte.
 - lavez vos cheveux ou évitez le contact avec votre oreiller lorsque vous allez vous coucher, car il aura retenu les particules en suspension dans l'air.
 - aérez les pièces pendant 5 à 10 minutes, de préférence avant le lever du jour ou tôt le matin, car il y a normalement peu de pollen dans l'air à ce moment de la journée.
 - lavez les légumes frais avant de les consommer, car ils peuvent être porteurs de grains de pollen.
 - soyez très prudent les jours de vent, de sécheresse et de soleil, car ils ont tendance à présenter des concentrations de pollen plus élevées.
 - les heures centrales de la journée ont tendance à présenter les concentrations de pollen les plus élevées.
 - le fait d'être enrhumé, la pollution environnementale, les efforts physiques, la présence de parfums, de tabac, d'insecticides, de laques, etc. peuvent aggraver les symptômes.