

LES AL·LÈRGIES A CATALUNYA, primavera 2015

A Catalunya, un milió i mig de persones pateixen alguna patologia al·lèrgica, provocada pels pòl·lens en un 40% dels casos. Al nostre país, els pòl·lens estan considerats com la primera causa de rinitis i la segona causa d'asma. Per tant, la quantificació dels grans de pol·len és important per prevenir els pacients d'exposicions elevades als al·lèrgens.

Segons dades conjuntes de la Xarxa Aerobiològica de Catalunya (XAC) de l'Institut de Ciència i Tecnologia Ambientals de la UAB (ICTA) i de la Societat Catalana d'Al·lèrgia i Immunologia Clínica (SCAIC), els tipus de pol·len més abundants a l'atmosfera de Catalunya i que més afecten els pacients al·lèrgics, són les cupressàcies (23%), el plàtan d'ombra (10%), la parietària (6%), l'olivera (5%), les gramínies (4) i les quenopodiàcies (3%).

A la dècada dels 90, es creia que la simptomatologia dels pacients al·lèrgics a pòl·lens es limitava als mesos de primavera i que els responsables eren parietària, gramínies i olivera. Tanmateix, amb els anys i la millora de les tècniques diagnòstiques, afegit al desenvolupament de l'aerobiologia, això ha progressat. El perfil de l'al·lèrgia a pòl·lens s'ha modificat i, actualment, només el 10% dels al·lèrgics està sensibilitzat a un únic tipus de pol·len. La majoria són al·lèrgics a diversos pòl·lens, fet que complica tant el diagnòstic com el tractament. Les seves molèsties comencen el mes de febrer i es prolonguen durant els mesos d'estiu. La clàssica al·lèrgia "estacional" es converteix gairebé en "perenne".

Actualment, el 25% de la població té rinitis al·lèrgica i el diagnòstic d'asma pot arribar a ser del 12% de la població en els països industrialitzats. A més a més, actualment se sap que a les ciutats, malgrat haver-hi menys quantitat de pòl·lens que a les zones rurals, les malalties al·lèrgiques són cada vegada més freqüents. La contaminació i l'ús com a ornamentals d'espècies al·lèrgiques semblen explicar aquesta situació. Les partícules d'emissió dièsel produïdes pels cotxes i les calefaccions creen un ambient hostil i les plantes urbanes presenten pòl·lens amb proteïnes més agressives que els de les zones no contaminades.

Un altre punt a tenir en compte, seria el d'evitar la plantació a les ciutats d'espècies que han demostrat ser molt al·lèrgiques, com ara per exemple el plàtan d'ombra, el xiprer, l'olivera, la troana, el freixe, els bedolls i les palmeres, com a més freqüents. En els arbres ja plantats, és convenient que, sempre que sigui possible, es realitzin podes controlades durant l'hivern, prèviament a la floració, ja que així es disminuiria la producció de flors i els nivells de pol·len a l'aire.

Les al·lèrgies

L'al·lèrgia és una reacció immunològica anòmala de l'organisme contra substàncies externes (al·lèrgens) introduïdes per inhalació (àcars, pòl·lens, epitelis, fongs, làtex, entre d'altres), ingestió (aliments, fàrmacs), injecció (fàrmacs, picada d'insectes) o contacte amb la pell (fàrmacs, productes químics, entre d'altres). L'al·lèrgia més freqüent és la respiratòria i les malalties que provoca són la rinoconjuntivitis i l'asma. En el nostre entorn, són produïdes principalment pels àcars de la pols domèstica, per pòl·lens i per espores de fongs.

El desenvolupament i l'agreujament de les malalties al·lèrgiques depèn de factors genètics de l'individu i de condicionants ambientals. El fet que la resposta al·lèrgica sigui una reacció immunològica comporta que en el mateix individu coexisteixin freqüentment l'al·lèrgia respiratòria, l'alimentària i la cutània. Els seus símptomes poden ser des de lleus, fins a quadres de risc vital com l'anafilaxi.

Les malalties al·lèrgiques s'han duplicat en els últims 15 anys en els països desenvolupats, tot arribant a afectar el 25% de la població. Es preveu que en un parell de dècades puguin afectar la meitat de la població. Aquest increment és més important en la població pediàtrica, essent l'asma la malaltia crònica més prevalent al llarg de la infància i l'adolescència.

A Catalunya hi ha un milió i mig de persones afectades. A més d'aquesta prevalença elevada, i que va en augment, també s'observa un increment d'al·lèrgies complexes que impliquen diversos òrgans alhora i pacients amb múltiples al·lèrgies, és a dir, que tenen manifestacions al·lèrgiques en front de diversos al·lèrgens, com ara pòl·lens, aliments, fongs i altres. Tot això complica el seu diagnòstic i tractament, i fa que siguin la causa d'elevats costos sanitaris, socials, i familiars.

Les malalties al·lèrgiques tenen un fort impacte en la demanda de recursos sanitaris, produeixen despeses sanitàries elevades, en visites a urgències, hospitalitzacions i fàrmacs, en especial quan els pacients no són diagnosticats i tractats de manera adequada. Els costos socials i familiars també són elevats, atès que motiven pèrdues d'hores de treball i absentisme escolar i laboral. Tenen un impacte negatiu en la qualitat de vida dels pacients i, en el cas dels nens, també dels seus cuidadors. Per tot això, i per la seva elevada prevalença, s'ha anomenat les malalties al·lèrgiques com "l'epidèmia del segle XXI".

El tractament de les malalties al·lèrgiques requereix el diagnòstic de la malaltia i el diagnòstic acurat de l'al·lèrgen que la provoca; evitar el contacte amb l'al·lèrgen causant; i la immunoteràpia (vacunes) en cas que no sigui possible eliminar el contacte. A més, quan es presenten els símptomes cal utilitzar els medicaments prescrits pel metge.

Respecte a la immunoteràpia o vacuna antial·lèrgica, és molt important remarcar que, avui per avui, és l'únic tractament capaç de modificar l'evolució natural de la patologia al·lèrgica, per tant, cal considerar-la sempre com una eina terapèutica de primer ordre en el maneig dels pacients al·lèrgics. Se sap que la immunoteràpia proporciona una disminució significativa dels costos totals en salut induïts per la malaltia al·lèrgica respiratòria, disminuint tants les despeses indirectes (per pèrdua de productivitat laboral i/o escolar i la qualitat de vida del pacient) com les despeses directes (despeses per actes mèdics i despesa en medicaments pel control dels símptomes).

En definitiva, si bé els símptomes de les malalties al·lèrgiques poden presentar-se tot l'any (també hi ha al·lèrgies d'hivern, estiu i tardor), en arribar la primavera és quan més persones es veuen afectades. Els al·lèrgics als pòl·lens pateixen les conseqüències de la seva presència amb l'aparició dels símptomes de la seva malaltia: ofec, tos, esternuts, picor al nas i al ulls, obstrucció nasal, mucositat nasal, mal de cap i pèrdues d'hores de son. I, tot plegat interfereix en la seva vida quotidiana. El coneixement dels nivells de pòl·lens atmosfèrics, la seva estacionalitat, els seus pics de concentració i la durada de l'estació pol·línica, són eines molt útils en sanitat ambiental per a la prevenció i el tractament de les al·lèrgies per pol·len.

La mesura dels pòl·lens atmosfèrics

L'estudi dels pòl·lens i espores de fongs que hi ha a l'aire forma part de la ciència que s'anomena aerobiologia. A Catalunya, la Xarxa Aerobiològica de Catalunya (XAC, <http://lap.uab.cat/aerobiologia>) estudia la diversitat i els nivells dels pòl·lens i les espores de fongs a l'aire, actualment, de 9 localitats: Barcelona, Bellaterra, Girona, Lleida, Manresa, Planes de Son, Roquetes-Tortosa, Tarragona i Vielha. Per a fer aquests estudis se segueix el mètode decidit com estàndard a nivell internacional, l'anomenat mètode Hirst. Cal saber que hi ha un aparells que recullen les mostres d'aire, però que per fer-ne l'anàlisi i el recompte de pòl·lens i espores calen persones entrenades en el seu reconeixement, els analistes. Malauradament, avui en dia encara no hi ha aparells que puguin fer aquestes mesures en temps real, cosa que ajudaria encara més a la prevenció i tractament.

La XAC opera a la Universitat Autònoma de Barcelona, a la Unitat de Botànica del Departament de Biologia Animal, Biologia Vegetal i Ecologia i a l'Institut de Ciència i Tecnologia Ambiental (ICTA-UAB). A la seva web (<http://lap.uab.cat/aerobiologia>) es pot trobar informació actualitzada sobre aerobiologia, dels nivells de pòl·lens i espores de fongs i prediccions setmanals dels nivells que s'esperen pels propers dies. Hom pot donar-se d'alta a rebre el document setmanal amb la predicció.

La primavera pol·línica 2015 vista des de la XAC:

- Les pol·linitzacions primaverals han començat amb **un cert retard** (perquè l'hivern ha estat fresquet), però venen **molt fortes** (gràcies a les pluges de la tardor). Podeu veure un gràfic al final d'aquest apartat, mostrant aquest fet.
- Quan **coincideixen amb pluges perden importància**, perquè les gotes d'aigua arrossegueu el pol·len cap al terra. Ha passat de manera molt clara amb el pol·len de *xiprer*, *pollancre*, *pi* i *plàtan*, que les darreres setmanes han deixat reguerols de polsim groc al terra. La pluja i les temperatures primaverals també han ajudat a que de seguida es formin fulles i, possiblement, aquestes pol·linitzacions quedaran escurçades en el temps.
- Però la mateixa pluja que neteja l'aire de pol·len d'arbres i arbusts (i la neu acumulada a muntanya quan es desgeli) serveix de reg per a les plantes herbàcies i els arbres de primavera i estiu i ens podem trobar que **així que la temperatura s'estabilitzi a primaverall tinguem pol·linitzacions importants** de *parietaria*, *gramínies*, *plantatge* i *blats*, i d'*olivera*, entre d'altres.
- **Alguna cosa podria canviar aquestes prediccions** que ara mateix poden ser preocupants pels al·lèrgics? **Si, tot podria canviar si la primavera fos molt plujosa i si les temperatures primaverals passessin a ser elevades**, perquè podrien fer que les floracions i pol·linitzacions passessin més ràpidament i per tant afectant durant menys temps.

IMPORTANT: Els pics importants de pol·linització viscuts enguany podrien haver convertit en al·lèrgiques a persones fins ara només sensibilitzades. Si fos el cas, recordeu que és important tenir el diagnòstic per part d'un especialista, aprendre a reconèixer la planta que ens causa problemes i fer el seguiment de la informació aerobiològica, que no ens cura però ens pot ajudar a planificar l'activitat i a millorar la qualitat de vida. Us podeu mantenir permanentment informats a través de <http://lap.uab.cat/aerobiologia>.

