

Recomendaciones para niños con alergia al polen y escolarización segura en tiempos de COVID-19

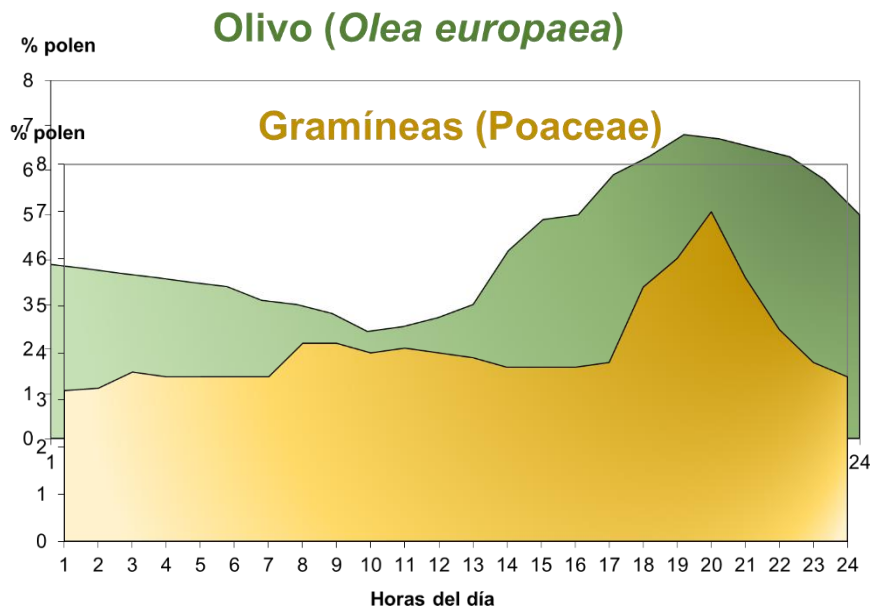
Como cada primavera, los pacientes sensibilizados a pólenes presentan sintomatología debido a la exposición a partículas ambientales procedentes de las distintas especies vegetales anemófilas, que son las que utilizan el aire para propagarse.

En el exterior de los edificios las recomendaciones continúan siendo las mismas https://www.seicap.es/instrucciones-para-evitar-p%C3%B3lenes_73132.pdf, siendo clave tres aspectos:

- 1) Conocer las especies que predominan en cada zona geográfica y mantenerse informado sobre los niveles de polen en el aire en cada momento
- 2) Evitar salir al exterior durante las horas del día en que existen mayores niveles ambientales de polen
- 3) Usar mascarillas autofiltrantes FFP2 homologadas.

Dado que las partículas de polen flotan en el aire, sus niveles ambientales están expuestos a fluctuaciones que dependen del viento, la lluvia y la temperatura del aire. Así, a nivel de calle, su concentración será mayor al atardecer, debido a que bajan las temperaturas y por tanto la masa de aire desciende hasta una altura que es respirada por las personas que deambulan por las ciudades. Esta variabilidad circadiana puede apreciarse en los gráficos facilitados por la Unidad de Aerobiología de Andalucía Oriental del Departamento de Botánica <http://aerobio2.stei.es/>.
Universidad de Granada aerobio@ugr.es

Gráficos intradiarios de polen de Olivo y Gramíneas



Por otro lado, hay que tener en cuenta que el polen aerovagante puede entrar al interior de los edificios y producir síntomas en los pacientes alérgicos al mismo. Las recomendaciones para minimizar este aspecto son: ventilar la casa durante 15 minutos (evitando si hay viento) y después mantener las ventanas cerradas el máximo tiempo posible, principalmente en las horas del día (el atardecer y la noche) en que existe una mayor cantidad de polen en el aire. Pueden usarse mosquiteras en las ventanas y pulverizar agua en las habitaciones para que arrastre el polen hacia el suelo. En el exterior se debe llevar el cabello recogido o gorra y cambiarse de ropa al llegar a casa para evitar contacto con el polen que puede haberse quedado adherido, evitando además secar la ropa al aire libre. También es conveniente mantener limpios los filtros de los sistemas de aire acondicionado, puesto que el polen puede introducirse en las viviendas a través de los conductos del aire.



El polen puede adherirse al pelo, siendo transportado al interior de los edificios, con la consecuencia de producir síntomas en las personas alérgicas

Por otro lado, se sabe que el SARS-CoV-2 se mantiene flotando en ambientes interiores mal ventilados durante minutos u horas, por lo que los aerosoles procedentes de una persona infectada se distribuyen por todo el espacio con el riesgo de que otras personas se contagien al inhalarlos.

Debido a esto, se recomienda la ventilación continua de las aulas escolares, con ventanas y puertas abiertas para generar corrientes de aire continuas, algo que ha demostrado disminuir la transmisión del virus.

Esta medida, podría perjudicar a los niños polínicos que asisten a clase, por lo que el Grupo de Trabajo de Alergia Respiratoria y Asma de la SEICAP propone las siguientes medidas para intentar minimizar la exposición a polen en estos niños durante los meses de primavera:

- Ubicar a los pacientes polínicos en zonas alejadas de las ventanas (más cercanos a puertas o paredes).
- Utilizar mascarillas FFP2 en el interior del aula.
- Limpiar e higienizar los filtros y conducciones de aire acondicionado y ventilación.
- Valorar el uso de sistemas portátiles de limpieza de aire con filtros HEPA en cada aula.
- Evitar realizar actividades al aire libre.
- En casos especiales de alergia grave a polen, puede recomendarse la escolarización en zonas costeras, donde los niveles de polen son menores, durante los meses de polinización elevada.

La reapertura de los colegios en el presente curso escolar 2020/21 con las medidas de seguridad adecuadas ha sido modélica, y la transmisión intraescolar ha permanecido en niveles mínimos comparada con la ocurrida en el interior de otros espacios cerrados (domicilios y bares especialmente). Pensamos que estas recomendaciones actúan sobre ambos riesgos, el de contagio por SARS-CoV-2 y el de que los alérgicos a polen presenten síntomas durante la primavera.

Para saber más:

- Recomendaciones de los CDC para evitar la transmisión en el ámbito escolar. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/ventilation.html>
- Takahashi Y et al. *Two Routes for Pollen Entering Indoors: Ventilation and Clothes* J Investig Allergol Clin Immunol 2008; Vol. 18(5): 382-388
- Greenhalgh T, et al. Ten scientific reasons in support of airborne transmission of SARS-CoV-2. The Lancet VOLUME 397, ISSUE 10285, P1603-1605, MAY 01, 2021