

*Un decalogo per prevenire e combattere le allergie causate dai pollini*



Roma, 21 marzo 2016 – Non solo gli adulti, ma anche i più piccoli subiscono gli effetti del passaggio dall'inverno ai mesi più tiepidi. La cosiddetta mezza stagione porta con sé intense pollinazioni, un problema per oltre un milione di bambini in tutta Italia. Minuscoli granellini che permettono alle piante di riprodursi. Nel periodo dell'impollinazione si muovono nell'aria, trasportati dal vento, dagli insetti. È il polline, quel pulviscolo giallo o arancione prodotto dalle piante, che in misura sempre crescente crea disturbi nella salute dei soggetti allergici, soprattutto in primavera. Primavera e stagione dei pollini è infatti un binomio sempre più stretto, sia perché il numero delle persone allergiche in Italia aumenta sempre più, sia perché i periodi di fioritura si allungano a vista d'occhio.

Da marzo a luglio la concentrazione di pollini cresce soprattutto nelle giornate calde, assolate e ventose perché i pollini sono più leggeri e meglio trasportati nell'aria. La stessa concentrazione si riduce con la pioggia ed è più elevata la sera rispetto al primo mattino. Ovviamente ci sono più pollini in prossimità delle piante e delle erbe che li producono; ad esempio, col taglio dell'erba del prato intorno a casa, si ha

una maggiore esposizione ai pollini e i disturbi nei bambini allergici possono aumentare.

Ecco, dagli esperti del Bambino Gesù, le 5 regole che le famiglie dei bambini allergici ai pollini dovrebbero seguire nel periodo critico:

1. Evitare gite in campagna nelle ore mattutine, soprattutto nei giorni di sole con vento e clima secco.
2. Scegliere come meta delle proprie vacanze località di alta montagna o di mare. Ricordare che per altitudini medie (600-1.000 metri) le stesse piante liberano i pollini circa un mese più tardi rispetto alla pianura.
3. Verificato la pulizia dei filtri di condizionamento dell'auto e della casa.
4. Non tagliare l'erba del prato e non sostare nelle vicinanze di altri spazi in cui sia stata tagliata l'erba.
5. Evitare il contatto con il fumo di tabacco, polveri e pelo di animali.

Ed ecco 5 cose inutili che spesso le famiglie dei bambini allergici ai pollini fanno, ma non giovano ai loro bambini:

1. Evitare i prati, i campi coltivati e i terreni incolti: i pollini diffondono dovunque, sono progettati per questo.
2. Chiudere le finestre od evitare che il bambino esca di casa.
3. Abitare ai piani alti.
4. Mettere mascherine sul viso del bambino a coprire e proteggere il naso e la bocca, mettere occhiali da sole o cappelli con visiera.
5. Fare lavaggi endonasali: le prove di efficacia sono tenui, il fastidio per il bambino è certo.

*fonte: ufficio stampa*