

## Consigli per il periodo a rischio

Il centro di monitoraggio pollinico della Provincia di Pesaro e Urbino è stato istituito l'8 marzo 2004 con l'intento di incrementare, nell'ambito del Servizio aria, un'attività di costante e accurata raccolta dati atmosferici già presente da anni e tesa a una sempre più efficiente informazione e prevenzione del cittadino. Il centro, integrato nella rete di monitoraggio pollinico nazionale (RIMA) segue le procedure standard indicate dall'AIA (Associazione Italiana di Aerobiologia), utilizzando un campionario di raccolta dati collocato sul tetto dell'edificio centrale della Provincia di Pesaro e Urbino situato in Via Gramsci n° 4 a Pesaro.

### Contatti:

Ufficio Prevenzione Inquinamento atmosferico e acustico – Viale Gramsci, 7 61121 Pesaro (PU)

Dott. Salvatore Circolone 0721-3592733

Dott.ssa Emanuela Camiletti 0721-3592737



Infiorescenza di avena.

Il periodo a rischio varia a seconda del tipo di polline cui si è allergici. Inoltre, è bene ricordare che alle altitudini tra i 600 e i 1000 metri le stesse piante liberano i pollini un mese più tardi che in pianura, mentre al mare la fioritura avviene con circa un mese di anticipo.

### All'aperto

- *Limitate le uscite soprattutto nei giorni soleggiati, caldi (25-30°C), con lieve brezza e tempo asciutto*
- *Evitate i prati e i giardini dove stanno tagliando l'erba o dove è stata appena tagliata*
- *Evitate di uscire subito dopo un temporale (la pioggia rompe i granuli di polline in frammenti più piccoli che raggiungono facilmente le vie aeree più profonde)*
- *Praticate sport preferibilmente in luoghi chiusi (palestre, piscine coperte)*
- *Viaggiate in auto preferibilmente con i finestrini chiusi. Dotate l'automobile di un sistema di filtri per pollini, e ricordatevi di cambiarli regolarmente*
- *Evitate di posteggiare l'auto sotto gli alberi, e in prossimità di giardini e prati*
- *Non piantate nel vostro giardino alberi con pollini trasportati dal vento (come cipresso, betulla, nocciolo, carpino, ontano, olivo, faggio); preferite invece piante con impollinazione mediata da insetti (tiglio, ippocastano, robinia). Estirpate eventuali erbe infestanti.*

### In casa

- *Fate la doccia e lavate i capelli ogni sera (poiché i granuli di polline possono rimanere tra i capelli e depositarsi sul cuscino, da dove vengono inalati durante il sonno)*
- *Ricordatevi che gli animali domestici possono diventare a loro volta trasportatori di pollini tramite il pelo*
- *Circa il 25% dei soggetti allergici ai pollini possono presentare disturbi immediati alla bocca (bruciore, prurito, gonfiore), o più tardivi in altre sedi, con l'assunzione di alcuni tipi di frutta e di verdura, quali, ad esempio, mela/pera/banana in caso di allergia a Betullacee, sedano/melone alle Composite, basilico/piselli alla Parietaria, melone/anguria/pomodoro alle Graminacee. In queste situazioni, quindi, attenzione alla dieta.*
- *Seguite le indicazioni del medico circa l'uso dei farmaci per prevenire e curare le manifestazioni allergiche.*



Provincia  
di Pesaro e Urbino



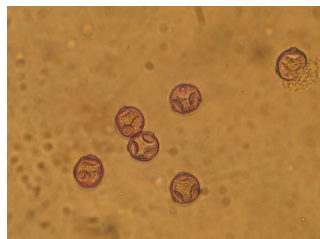
## CENTRO DI MONITORAGGIO POLLINICO PROVINCIA DI PESARO E URBINO

21 Marzo 2013  
VII Giornata Nazionale del Polline



Il centro di monitoraggio è dotato di un campionario specifico per la raccolta dei pollini e di attrezzatura scientifica per l'osservazione e il conteggio dei pollini rilevati nell'arco di una settimana di monitoraggio. Successivamente all'osservazione e al riconoscimento i valori di concentrazione sono espressi in n° di pollini per metro cubo d'aria (P/m<sup>3</sup>) e pubblicati in un bollettino che viene aggiornato con cadenza settimanale, pubblicato sul sito <http://www.ambiente.provincia.pu.it>.

Inoltre il bollettino viene trasmesso settimanalmente all'AIA per il calcolo di medie polliniche nazionali e per i modelli previsionali e distribuito in tutto il territorio provinciale (farmacie, studi medici, consultori, ecc.).



Le metodologie, i parametri utilizzati, ed i valori espressi nelle tabelle, sono riferiti al metodo standardizzato di campionamento e conteggio delle particelle aerodisperse sviluppato dall'A.I.A.



*Infiorescenza di roverella*

Per agevolare una corretta interpretazione dei valori riportati nei bollettini, viene anche fornita al cittadino una tabella relativa ai valori di riferimento per le varie fasce di concentrazione (assente, bassa, media, alta).

FAMIGLIA	assente	bassa	media	alta
betulaceae	0-0,5	0,6-15,9	16-49,9	>50
compositae	0	0,1-4,9	5-24,9	>25
corylaceae	0-0,5	0,6-15,9	16-49,9	>50
fagaceae	0-0,9	1-19,9	20-39,9	>40
gramineae	0-0,5	0,6-9,9	10-29,9	>30
oleaceae	0-0,5	0,6-4,9	5-24,9	>25
plantaginaceae	0	0,1-04	0,5-1,9	>2
urticaceae	0-1,9	2-19,9	20-69,9	>70
cupressaceae	0-3,9	4-29,9	30-89,9	>90
cheno/amarant	0	0,1-4,9	5-24,9	>25
polygonaceae	0-0,9	1-4,9	5-9,9	>10
euphorbiaceae	0-0,9	1-4,9	5-9,9	>10
myrtaceae	0-0,9	1-4,9	5-29,9	>30
ulmaceae	0-0,9	1-19,9	20-39,9	>40
platanaceae	0-0,9	1,0-19,9	20-39,9	>40
aceraceae	0-0,9	1,0-19,9	20-39,9	>40
pinaceae	0-0,9	1-14,9	15-49,9	>50
salicaceae	0-0,9	1-19,9	20-39,9	



*Infiorescenza di ornio.*



*Infiorescenza di ontano.*



*Infiorescenza di carpino.*



*Infiorescenza di Artemisia*

### Combinazione di pollini e pm 10

Recenti studi di laboratorio hanno dimostrato che i pollini delle zone inquinate sono ricoperti di sostanze nocive che alterano il loro contenuto allergenico e possono rafforzarne l'effetto. I granuli di polvere e altre particelle contenenti proteine vengono talmente modificati dagli ossidi di azoto e dall'ozono presenti nello smog estivo creato dal traffico (nitrazione) da provocare con maggiore facilità allergie. Se queste sostanze raggiungono alte concentrazioni, negli allergici ai pollini si nota di regola un aumento dei disturbi.

La scienza e la medicina, dunque, ritengono che il continuo aumento delle malattie allergiche registrato negli ultimi decenni sia da ricondurre a una combinazione di fattori, tra cui la predisposizione genetica e forse anche lo «stile di vita occidentale».

L'Amministrazione Provinciale di Pesaro ed Urbino tramite una rete fissa di monitoraggio di qualità dell'aria supportata da un laboratorio mobile rileva da anni le quantità di PM 10 e PM 2.5 disperse in atmosfera, divulgando al pubblico i valori di medie giornaliere convalidate da Arpam tramite la pubblicazione in apposito sito web (<http://retearia.provincia.ps.it>).