



¿ERES ALÉRGICO?

Cada primavera, la vida de muchos alérgicos se llena de estornudos, lagrimeos o picores. ¿Cómo prevenir sus síntomas?, ¿me puede avisar el móvil cuando los pólenes están elevados?, ¿cómo saber las zonas de la ciudad con menos polen?... las respuestas que buscas en www.valencia.es/polen.



La alergia influye en la calidad de vida de las personas que la sufren. La causa más frecuente de rinitis y asma es la alergia a alérgenos (sustancias capaces de desencadenar una reacción alérgica) que se encuentran en el aire, siendo el polen el más frecuente.

Es importantísimo que las personas con alergias respiratorias, sobre todo los asmáticos, se muevan en un ambiente lo más libre de alérgenos o por lo menos conozcan su nivel, para prevenir y evitar en lo posible su exposición.

A través de la página web municipal del polen (www.valencia.es/polen), puedes acceder a una amplia gama de información relacionada con los niveles de polen, puedes saber cuales son las medidas de evitación que tienes que realizar y puedes conocer las zonas de la ciudad con menos nivel de polen al que eres sensible, constituyendo de este modo una herramienta completa de Información y Protección de la Salud.

Folleto-Consejos para alérgicos al polen y esporas:

[http://www.valencia.es/ayuntamiento/aerobiologica.nsf/0/E273920C78FA25ADC12576B1002FD469/\\$FILE/triptico%20ayto%20polen%20def%203109.pdf?OpenElement&lang=1](http://www.valencia.es/ayuntamiento/aerobiologica.nsf/0/E273920C78FA25ADC12576B1002FD469/$FILE/triptico%20ayto%20polen%20def%203109.pdf?OpenElement&lang=1)