



AL·LÈRGIA ALS ÀCARS DE LA POLS

L'al·lèrgia a la pols domèstica habitualment és deguda a una hipersensibilitat a les restes dels "àcars de la pols", artròpodes microscòpics que tenen el seu ecosistema propi a la pols de les cases (magatzems, granges, etc.). La seva població no és estàtica i amb bones condicions d'humitat i calor (primavera i tardor, a l'hivern a les cases tancades) la seva reproducció és òptima.

Els llocs de localització preferent són on les persones passen més temps i per tant és important adoptar unes mesures per tal d'evitar la seva proliferació:

Dormitori:

- S'ha de limitar el nombre de mobles al mínim imprescindible: preferentment mobles tancats i separats de la paret (per poder netejar la part de darrera).
- L'existència de catifes, moquetes, cortines, tapisseries, pósters, llibres, pelutxos, joguines, etc., augmenta la població d'àcars.
- La neteja es realitzarà amb un drap humit. El dormitori ha de ventilar-se completament, preferentment a diari, posteriorment es tancaran les portes i les finestres durant la resta del dia. Eviteu utilitzar insecticides i ambientadors.
- El matalàs idealment ha de portar fundes protectores (rentat setmanal). S'han d'evitar els matalassos o coixins de llana, cobrellits i edredons de plomes.
- Ventileu les robes guardades a l'armari abans d'utilitzar-les.

Resta del domicili:

En general, s'ha d'evitar objectes o superfícies que acumulin pols (moquetes, nines), sobre tot cal tenir una especial atenció amb els sofàs i butaques, cal aspirar-los cada 2 o 3 dies.

S'ha d'anar en compte si es fan viatges llargs ja que generalment hi ha pols a la tapisseria dels vehicles i si es fan estades en una casa que ha estat tancada (per exemple una segona casa). En aquest cas s'ha de realitzar una neteja important, com a mínim 24 hores abans d'entrar-hi la persona al·lèrgica.

Existeixen d'altres mesures per al control ambiental com són: acaricides, aspiradors especials, purificadors, filtres especials, fundes de protecció per a coixins i matalàs, etc., la seva evident utilitat depèn de no descuidar les recomanacions més bàsiques, anteriorment esmentades.



