

Olivera

Informació botànica

Família: OLEÀCIES. Aquesta família està formada per diversos gèneres i espècies a més de la planta a la que ens referim aquí, que és sobretot la olivera cultivada (*Olea europaea* var. *europaea*), per el cultiu que se'n fa i la seva presència com ornamental a ciutat, a més de l'al·lèrgenicitat del seu pol·len. Hi ha també una olivera silvestre (*Olea europaea* var. *sylvestris*), que creix prop del litoral a les zones de clima mediterrani.

La olivera és un arbre sempre verd o de fulla perenne, d'entre 2 a 10 metres d'alçada. Les fulles són estretes i allargades (lanceolades), de verd fosc a l'anvers (cara superior) i verd- gris platejat al revers (cara inferior). Les flors són petites però molt vistoses, pel seu color blanc i pels vistosos estams grocs, a més d'estar agrupades en inflorescències. El fruit és l'oliva, de forma el·lipsoïdal o globosa i de diferents tonalitats, des de verd a vermell i negre quan està madura.

L'olivera es cultiva àmpliament pel seu fruit (oliva), del que s'extreu l'oli a més de consumir-lo directament. A més d'estar present en camps de cultiu, també s'utilitza en zones urbanes i urbanitzades com a arbre ornamental (ho desaconsellem!) a parcs i jardins, públics i privats.



Fig. 1. Visió general d'una olivera (utilitzada com ornamental) i visió de detall d'una branca amb fulles i branquillons amb flors i dels fruits (olives).

Nom científic (espècie): *Olea europaea*

Noms comuns:

Català: olivera, oliver, bardia, nastre, ullastre (silvestre), oastre (silvestre)

Castellano: olivo, aceituno, olivera, acebuche (silvestre), azambujo (silvestre), oleastro(silvestre), zambullo (silvestre).

Euskera: gaimelurraitz, olibondoa.

Galego: oliveira, zambujo.

Espècies importants de la mateixa família són: Aladern de fulla ampla i de fulla estreta (*Phyllirea latifolia* i *P. angustifolia.*), Freixe (*Fraxinus* sp.), Troana (*Ligustrum vulgare* i altres espècies de *Ligustrum*) i Lilà (*Syringa vulgaris*) entre altres. El pol·len de totes aquestes espècies és similar al de la olivera, però amb trets prou clars per a diferenciar-lo i per tant, quan parlem de pol·len d'olivera és el de *Olea europaea* exclusivament.

Informació aerobiològica

El pol·len de olivera és present a l'aire els mesos de maig a juny, encara que en zones més càlides pot començar a l'abril i la presència del pol·len es pot estendre fins a juliol. La presència d'aquest pol·len és especialment notable a les zones pròximes al conreu i també arriba a zones de muntanya perquè es transporta molt fàcilment amb els corrents d'aire.

A continuació es mostra el calendari pol·línic, amb informació de la distribució d'aquest tipus de pol·len al llarg de l'any a cada una de les estacions de la Xarxa Aerobiològica de Catalunya. Per a més informació consulteu <http://lap.uab.cat/aerobiologia>.

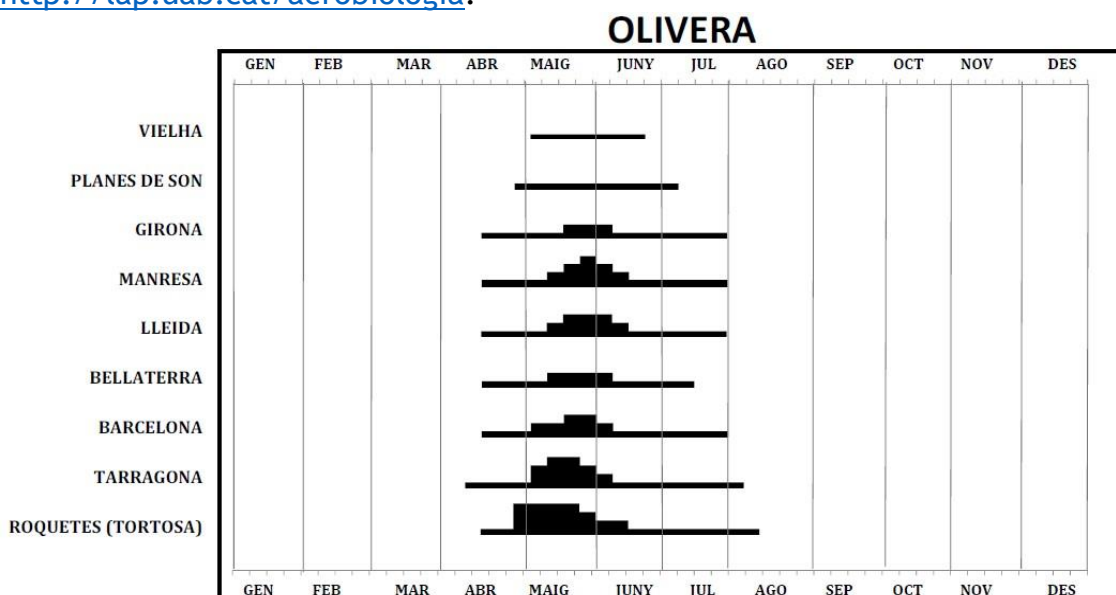


Fig. 2. Dinàmica comparada dels nivells de pol·len d'olivera a Catalunya i del risc d'al·lèrgia.

Nivells	Concentracions	Al·lèrgies
1. Baix	Poc important	Rares
2. Mig	Mitjanes	Risc
3. Alt	Molt elevades	Risc important
4. Molt Alt	Màximes	Risc màxim

Observació: Prop de les plantes en flor els nivells poden ser més alts que els indica

Informació mèdica

El pol·len d'olivera presenta reactivitat creuada per un al·lergen comú amb el de freixe, que pol·linitza entre desembre i abril, i amb el de troana, que ho fa de juny a juliol, i en pot presentar amb el de l'aladern (febrer - abril) i de lilà (març-maig). Podria passar que els símptomes d' al·lèrgia a pol·len d'olivera perdurin de febrer a juny.

És freqüent l'associació d'al·lèrgia al pol·len d'olivera i al pol·len de gramínies, degut a que part de la pol·linització de les gramínies coincideix amb la de la olivera.

Consells per a persones amb al·lèrgia al pol·len d'olivera

- Conèixer (amb un diagnòstic mèdic) quin és el pol·len causant de la al·lèrgia.
- Mantenir-se informat dels nivells de pol·len al·lèrgogen a la zona habitual i informar-se dels nivells a les zones on s'ha d'anar o es planifica anar. És recomanable adaptar els desplaçaments voluntaris (cap de setmana, vacances...) a zones on no hi hagi l'al·lergen que ens afecta. El web <http://lap.uab.cat/aerobiologia> mostra informació actualitzada dels nivells de pol·len a Catalunya i com accedir a informació d'altres zones geogràfiques. Pots donar-te d'alta (i de baixa) a rebre el butlletí setmanal a: <http://lap.uab.cat/aerobiologia/ca/subscribe#newsletter>
- Si es noten "problemes" fora de l'època habitual, consultar amb l'al·lèrgòleg, per estudiar si s'ha produït una sensibilització a altres al·lèrgens.
- Aprendre a reconèixer la planta productora del pol·len que ens causa al·lèrgia i, sobretot, com és la seva flor, des que es comença a formar i mentre està alliberant el pol·len.
- Tenir ubicada en l'entorn habitual (casa, escola, feina...) la planta que ens causa al·lèrgia i evitar al màxim acostar-nos-hi quan veiem que comença a tenir flors obertes i fins que acabi la floració.
- Durant l'època de pol·linització,
 - si s'està a l'exterior, protegir-se els ulls amb ulleres i el nas i la boca amb un mocador o una mascareta que ajudin a filtrar l'aire.
 - si es va en cotxe, viatjar amb les finestres tancades i amb filtre anti-pol·len;
 - si es va en moto o en bicicleta seguir el consell anterior.
 - canviar-se la roba a l'arribar a casa i rentar-la abans d'utilitzar-la de nou.
 - fer assecar la roba a l'interior, per evitar que hi quedi retingut l'al·lergen que ens afecta.
 - rentar-se el cabell o evitar el seu contacte amb el coixí a l'anar a dormir, ja que haurà retingut les partícules que hi havia a l'aire.
 - ventilar les habitacions durant 5-10 minuts, a ser possible abans de que es faci clar o ben aviat, perquè normalment a aquesta franja horària hi haurà poc pol·len a l'aire.
 - rentar els vegetals frescos abans de menjar-los, ja que poden ser portadors de grans de pol·len.

- atenció als dies amb vent, secs i solejats, perquè solen tenir concentracions més elevades de pol·len.
- les hores centrals del dia solen ser les de concentracions pol·líniques més elevades.
- el fet d'estar refredat, la contaminació ambiental, els esforços físics, la presència de perfums, tabac, insecticides, laques... poden agreujar els símptomes.