

## PLANTAGO

## llantén, zaragatona

Familia *Plantaginaceae*. Género *Plantago* L.

### ESPECIES MÁS FRECUENTES

Entre las especies acaules (llantenes): *P. major* L., *P. coronopus* L., *P. media* L., *P. lanceolata* L., *P. lagopus* L. Las hojas del llantén mayor (*P. major*) se usan en cocimiento como astringentes y las de *P. coronopus* se comen en ensalada.

Entre las especies caulescentes (zaragatonas): *P. afra* L. (*P. psyllium* L.), *P. sempervirens* Crantz. De su cocimiento se obtiene mucílago.

### DESCRIPCIÓN

Plantas herbáceas o perennes, caulescentes o acaules, con las hojas basales generalmente en roseta, flores pequeñas, regulares, hermafroditas, dispuestas en espigas. Cáliz cuadripartido. Corola tuberosa y su limbo dividido en 4 lacinias. Estambres 4 insertos en el tubo de la corola y muy salientes fuera de ésta. Fruto en pixidio.

### FLORACIÓN

Abril-julio, según las especies.

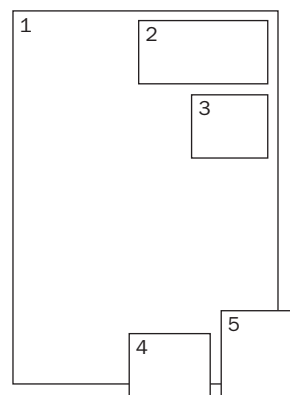
### HÁBITAT

Praderas y pastizales secos, bordes de caminos, cultivos cerealistas, etc.

### POLEN

Granos de polen apolares, esferoidales, de un diámetro alrededor de 22-40 micras. Pantopodados, con 5-16 poros de unas 3 micras de diámetro, provistos de opérculo, con espesamiento anular. Tectados, con el relieve suprategical formado por gránulos regularmente distribuidos.

1, *P. major*; 2, *Plantago coronopus*; 3, *P. lanceolata*; 4, 5, tipo polínico *Plantago*.





## PLANTAGO

### AEROBIOLOGÍA

El polen procedente de *Plantago* está presente en la atmósfera de Madrid de marzo a julio, pero durante los meses de mayo y junio se registran las concentraciones más elevadas. Éstas superan los 50 p/m<sup>3</sup> muy pocos días al año, salvo en algunas estaciones como Coslada y Barrio de Salamanca. Cuantitativamente, entre los tipos polínicos procedentes de plantas herbáceas, ocupa el segundo lugar de nuestra Comunidad (3,3% PT), después del polen de gramíneas (8,7% PT). La estación polínica es bastante larga, ya que el PPP dura de tres a cuatro meses, resulta similar en todas las estaciones de la red. Las concentraciones más altas y las fechas de los días pico se sitúan en los últimos días de mayo y primeros de junio, coincidiendo en el tiempo con las mayores concentraciones polínicas de gramíneas, *Rumex* y olivo.

La sensibilización alérgica a este tipo polínico es bastante común, pero la mayoría de los autores coinciden en señalar que es difícil evaluar la verdadera importancia del polen de *Plantago* en los síntomas de la polinosis, debido al escaso número de pacientes monosensibilizados y al hecho de que los alérgicos a *Plantago* también suelen serlo a las gramíneas y a los otros tipos polínicos alergénicos presentes en la atmósfera en la misma época (WATSON & CONSTABLE, 1991; SUBIZA & *al.* 1998).

Cuantitativamente el polen de *Plantago* es más abundante en la Comunidad de Madrid que en las ciudades de la mitad sur del territorio nacional, mientras que en las ciudades de la mitad norte la incidencia del polen de *Plantago* es similar a la de nuestra Comunidad (GUTIÉRREZ & *al.* 2000).