

En lo que si hay cierto acuerdo es que el contacto con los β -glucanos provenientes de los hongos relacionados con la humedad y los sitios cerrados es perjudicial para el organismo ya que favorece la aparición y desarrollo de ciertas infecciones respiratorias fúngicas, el desencadenamiento y agravamiento de las crisis asmáticas y el desarrollo de ciertas patologías del aparato respiratorio superior. Mientras que los β -glucanos incluidos en los alimentos mejoran el sistema inmunitario y defensivo y la repuesta respiratoria ante ciertas agresiones del exterior.

CONCLUSIONES

Los β -glucanos producen sobre el organismo efectos tanto negativos como positivos. Estos son:

- Aumentan la respuesta autoinmune y por lo tanto favorecen el desencadenamiento del asma.
- Existe controversia entre si activan o disminuyen la respuesta inmunitaria tipo Th2.
- Regulan la respuesta inmunitaria ante infecciones.
- Disminuyen el índice glicémico de los alimentos que los contienen.
- Disminuyen el nivel de colesterol total en sangre.
- Efectos anticancerígenos, antimutagénicos y quimioprotectores no contrastados en humanos.

Bibliografía

- Pizarro, S., Ronco, A. M., & Gotteland, M. (2014). β -glucanos: ¿qué tipos existen y cuáles son sus beneficios en la salud? *Revista chilena de nutrición*, 41(4), 439-446.
- Lambrecht, B. N., Williams, D. L., Brombacher, F., Kirstein, F., Brown, G. D., Murray, G. I., ... & Hadebe, S. (2016). β -Glucan exacerbates allergic airway responses to house dust mite allergen. *Respiratory research*, 17(1), 35.
- Taylor, P. R., Tsoni, S. V., Willment, J. A., Dennehy, K. M., Rosas, M., Findon, H., ... & Brown, G. D. (2007). Dectin-1 is required for β -glucan recognition and control of fungal infection. *Nature immunology*, 8(1), 31.
- Saijo, S., Fujikado, N., Furuta, T., Chung, S. H., Kotaki, H., Seki, K., ... & Kinjo, T. (2007). Dectin-1 is required for host defense against *Pneumocystis carinii* but not against *Candida albicans*. *Nature immunology*, 8(1), 39.
- Fernández, L. C., Alvarez, R. F., González-Barcala, F. J., & Portal, J. A. R. (2013). Contaminación del aire interior y su impacto en la patología respiratoria. *Archivos de Bronconeumología*, 49(1), 22-27.