

Alopecia (pérdida de cabello)

¿Qué es la alopecia?

La alopecia (a-lo-PEE-shee-ah) es otro término para la pérdida o el debilitamiento del cabello.¹ Se trata de un efecto secundario común, aunque temporal, que causan algunos medicamentos para el cáncer.^{2,3} La alopecia puede presentarse en cualquier parte del cuerpo y producirse después de unos pocos tratamientos.² Actualmente, no existen medicamentos para prevenir la caída del cabello durante el tratamiento.⁴

¿Cómo puedo prepararme para los cambios que posiblemente ocurran?

- Antes de comenzar el tratamiento, córtese el cabello. Esto lo ayudará a prepararse mentalmente para el cambio en su apariencia⁵
 - Si tiene el cabello largo, piense en usar una peluca confeccionada con su propio pelo³
 - Compre una peluca, un peluquín o un turbante inmediatamente después del diagnóstico³
- Hable con familiares y amigos sobre cómo se siente, o bien, únase a un grupo de apoyo con personas que estén atravesando la misma experiencia o ya hayan pasado por ella⁵

¿Qué medidas puedo tomar para cuidarme el cuero cabelludo?

- Lávese el cuero cabelludo con champú y acondicionador hidratante²
- Cuando sea necesario, use lociones o cremas suaves en el cuero cabelludo; además, para protegerlo use pantalla solar, sombrero, bufanda o peluca²

¿Me volverá a crecer el cabello?

- Si pierde el cabello, por lo general le crecerá nuevamente una vez que haya finalizado los tratamientos²
- Quizás le vuelva a crecer mientras aún está bajo tratamiento³
- Cuando esto suceda, es posible que el cabello tenga un color o una textura diferente²

Cuando mi cabello vuelva a crecer, ¿cómo tendré que cuidarlo?

- Si habitualmente se lava el cabello en forma diaria, limite la frecuencia a dos veces por semana⁵
- Si habitualmente se seca el cabello con secador a alta temperatura, deberá hacerlo a una temperatura más baja²
- Péinese delicadamente con cepillos suaves y peines de dientes anchos⁵

La información que aquí se incluye no es completa y está diseñada sólo como una guía.

Hable con su médico o con el personal de enfermería para averiguar si los medicamentos que está tomando pueden causar alopecia y, de ser así, las formas correctas de manejarla.

Otras sugerencias de los proveedores de cuidado de la salud:

Referencias: **1.** National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer). Chemotherapy and you: a guide to self-help during cancer treatment (La quimioterapia y usted: guía de autoayuda durante el tratamiento para el cáncer). National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud); 2003. Publicación de los Institutos Nacionales de Salud N° 03-1136. **2.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Making treatment decisions: how do I deal with losing my hair? (Tomar decisiones respecto del tratamiento: ¿cómo me enfrento a la pérdida del cabello?). Disponible en: <http://www.cancer.org>. Se obtuvo acceso el 6 de julio de 2006. **3.** American Cancer Society (Sociedad Estadounidense de Cáncer). Treatment topics & resources: hair loss (Temas y recursos del tratamiento: pérdida del cabello). Disponible en: <http://www.cancer.org>. Se obtuvo acceso el 6 de julio de 2006. **4.** Breastcancer.org. Hair loss: alopecia (La pérdida del cabello: alopecia). Disponible en: http://www.breastcancer.org/tre_sys_chemo_hairloss.html. Se obtuvo acceso el 7 de julio de 2006. **5.** People Living With Cancer (Gente que vive con cáncer). Hair loss (Pérdida del cabello). Disponible en: <http://www.plwc.org>. Se obtuvo acceso el 7 de julio de 2006.