

Pérdida del cabello

La quimioterapia y las terapias de radiación pueden causar la caída del cabello.

La pérdida del cabello afecta a muchos pacientes con cáncer. La buena noticia es que el cabello suele volver a crecer. Y, mientras tanto, hay formas de manejar o incluso ocultar el problema.

¿Qué causa la pérdida del cabello?

Los tratamientos potentes para el cáncer que destruyen las células cancerosas, como la radioterapia y la quimioterapia, también dañan algunas células normales, en especial las que crecen y se dividen rápidamente. Entre ellas se encuentran las células pilosas. ¡Las peluquerías y los salones de belleza siguen funcionando porque las células pilosas se dividen con frecuencia y el cabello crece rápido!

¿Puedo evitar la caída del cabello?

Los torniquetes para el cuero cabelludo y los gorros especiales para mantener frío el cuero cabelludo a fin de disminuir la caída del cabello provocan controversia. Si bien son eficaces para algunas personas, no siempre funcionan. Además, se teme que estos métodos podrían aumentar las probabilidades de que el cáncer se propague al cuero cabelludo porque evitan que la quimioterapia llegue a esa parte del cuerpo. No hay medicamentos que hayan demostrado ser eficaces para reducir la caída del cabello por quimioterapia.



¿Cuándo se me caerá el cabello y cómo me hará sentir?

La caída del cabello comienza a las 2 o 3 semanas del inicio de algunos tratamientos. Tal vez lo advierta por primera vez al bañarse. O quizá vea mechones de cabello sobre la almohada al levantarse. Como el cabello ayuda a mantener la temperatura corporal, es probable que, al tener menos, usted sienta un poco de frío.

La radiación provoca la caída del cabello solo en las zonas tratadas.

Pérdida del cabello

La *quimioterapia* puede provocar la caída o el debilitamiento del cabello en diversas zonas:

- cuero cabelludo (lo que lo deja sensible, dolorido o seco)
- pestañas y cejas
- rostro
- brazos
- piernas
- región púbica

Sentirse enfadado, triste o angustiado es normal. Si bien algunos pacientes con cáncer toman la caída del cabello como un indicio esperanzador de la eficacia del tratamiento, otros pueden experimentar una sensación de pérdida. Algunos hombres y mujeres pueden sentirse menos atractivos. Otros pueden sentirse culpables porque se preocupan demasiado por su apariencia. Para algunos, la caída del cabello les recuerda que tienen cáncer y que lo “anuncia” al resto del mundo.

¿Cuándo volverá a crecerme el cabello?

Por lo general, el cabello vuelve a crecer a los 2 o 3 meses de concluido el tratamiento. A veces incluso comienza antes de que el tratamiento haya terminado. Usted podría llevarse una sorpresa: el nuevo cabello tal vez sea de diferente color o textura.

¿Cómo puedo hacer frente a la pérdida de mi cabello?

Considere cómo le gustaría enfrentar la pérdida del cabello antes de comenzar su tratamiento.

- A algunas personas les resulta útil hacerse un corte de pelo corto o afeitarse la cabeza. Si desea usar un sombrero o una peluca, puede comprarlos con anticipación. Algunos pacientes con cáncer utilizan pañuelos, sombreros y pelucas. Las pelucas son un gasto médico fiscalmente deducible, y es probable que su seguro las cubra. Pídale a su médico que le recete una.

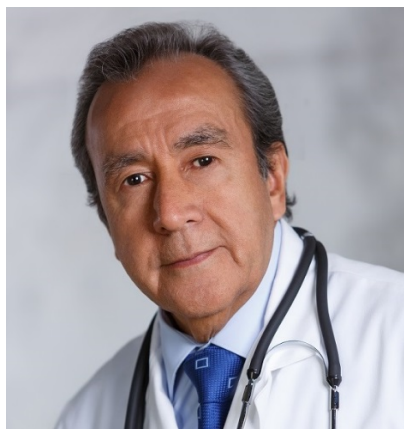
Protéjase la cabeza del sol y el frío extremo.

- Manténgase alejado del sol o use un sombrero o una peluca para protegerse el cuero cabelludo. Además, aplíquese protector solar con un FPS de 15 o más.
- Si hace frío, use un gorro. Eso le ayudará a mantener la cabeza abrigada.

Trate su cuero cabelludo con delicadeza durante el cuidado diario.

- Mantenga limpios el cabello y el cuero cabelludo, pero no use champú con demasiada frecuencia.
- Utilice un peine de dientes anchos para evitar arrancarse el cabello.
- Evite el secador de pelo y los tintes capilares, ya que resecan el cabello y pueden acelerar su caída.

Pérdida del cabello



No tema hablar sobre la caída del cabello, expresar sus sentimientos y pedir ayuda.

Para la mayoría de los pacientes con cáncer, la caída del cabello es estresante. Lo animamos a hablar con quienes podrán comprenderlo: su equipo de atención de salud, sus familiares y amigos, y otras personas que hayan perdido el cabello por tratamientos contra el cáncer.

No deje que la caída del cabello le impida reunirse con otros y realizar las actividades que le dan placer. Seguramente descubrirá que sus amigos demostrarán preocupación y que los demás casi no lo notarán.

Si sus sentimientos lo abrumen o si cree que no puede lidiar con la situación, pida un referido a un asistente social o un consejero. No tiene por qué sufrir solo o en silencio.

Esta información fue desarrollada bajo la orientación del Comité de Acción contra el Cáncer de Próstata de Michigan Cancer Consortium. Sus esfuerzos fueron apoyados en parte por el patrocinio financiero del Acuerdo de Colaboración 5NU58DP003921 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Centers for Disease Control and Prevention. El contenido de esta publicación no representa necesariamente la visión oficial de los CDC.

Esta guía contiene información general y no debe reemplazar la consulta con su médico o enfermero.

Revisado en septiembre de 2016

