



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

La caída del cabello y el tratamiento contra el cáncer

Esta información le ayudará a entender la caída del cabello que sucede durante el tratamiento contra el cáncer.

Información sobre la caída del cabello y el tratamiento contra el cáncer

A muchas personas con cáncer se les cae el cabello debido a la quimioterapia, la inmunoterapia, la terapia endocrina o la radiación en la cabeza. Existen además otras causas para la caída del cabello. Estos serían:

- Tener un historial familiar de caída del cabello
- Tener niveles bajos de ciertas vitaminas
- Estar pasando por cambios hormonales
- Tener ciertas enfermedades (como hipotiroidismo)
- Tener diferentes peinados
- Tomar ciertos medicamentos
- Estar estresado

Si se le está empezando a caer el cabello, es importante que vea a su dermatólogo (médico de la piel). Él puede ayudarle a descubrir la razón de la caída del cabello y a responder cualquier pregunta que tenga sobre el cabello. Su dermatólogo le preguntará sobre su historial de caída de cabello y revisará las zonas donde se le esté cayendo el cabello.

Preguntas frecuentes

¿Por qué se me caerá el cabello durante el tratamiento contra el cáncer?

Los tratamientos contra el cáncer, como la radioterapia y la quimioterapia, atacan las células cancerígenas de rápido crecimiento. Estos tratamientos también pueden afectar células normales de rápido crecimiento, como las del cabello.

Es posible que la quimioterapia cause la caída de cabello en el cuero cabelludo, en el área púbica, en brazos, piernas, cejas y pestañas. La radioterapia en la cabeza a menudo causa la caída de cabello del cuero cabelludo. Algunas veces, dependiendo de la dosis de radioterapia en la cabeza, es probable que el cabello vuelva a crecer de manera diferente a como se veía antes o tal vez no crezca en absoluto.

¿Cuándo se comienza a caer el cabello?

Es probable que comience a ver que el cabello se debilita o se cae de 1 a 4 semanas después del primer tratamiento de quimioterapia y 4 semanas después de recibir radioterapia.

La cantidad de cabellos que se pierde o se debilita depende del tipo, de la dosis y de los tiempos de los tratamientos. La rapidez con la que se pierde también varía de persona en persona. Es probable que primero note que hay cabello en la almohada al despertarse o al bañarse o cepillarse el cabello.

Algunas personas observan que su cabello se debilita en lugar de caerse. El debilitamiento del cabello es trastorno que hace que su cabello se sienta y se vea con textura más delgada. Hable con el equipo de médicos sobre lo que pasará luego de la quimioterapia o la radioterapia.

¿Cuándo me volverá a crecer el cabello?

Cuando termine sus tratamientos, el cabello debería volver a crecer. Puede que le lleve de 3 a 5 meses para volver a crecer. Cuando le crezca el cabello nuevamente, es posible que tenga una textura o un color diferente. En casos especiales, el cabello no volverá a ser tan abundante como antes.

Existe un pequeño riesgo de que el cabello no le vuelva a

crecer luego de la radioterapia en la cabeza.

Cuidado del cabello y de la cabeza

Las siguientes son algunas formas en las que puede cuidar del cabello y la cabeza si se le cae:

- Lávese el cabello y póngase acondicionador cada 2 a 4 días. Utilice champú para bebés u otro champú suave (como Aveeno[®] o Vanicream[™]). También debería usar una crema de enjuague o un acondicionador.
- Utilice champús y acondicionadores que tengan protector solar para prevenir el daño solar al cuero cabelludo.
- Siempre enjuague bien el cabello y séquelo dándose palmaditas con una toalla suave.
- Lávese el cabello después de nadar en una piscina.
- No esponga el cuero cabelludo al sol.
- Mantenga la cabeza cubierta durante el verano.
- En invierno, cúbrase la cabeza con un sombrero, un pañuelo, un turbante o una peluca para mantenerla caliente. Eso también puede servir para atrapar el cabello que se cae.
- Duerma con una almohada con funda de satín o de seda, ya que éstas son más suaves que otras telas y

pueden disminuir los enredos en el cabello.

- Cepílese o péinese con suavidad con un cepillo o peine de cerdas suaves. Comience a cepillarse o a peinarse por las puntas y suba suavemente hacia el cuero cabelludo. También puede peinarse el cabello con los dedos. Primero, mójese los dedos con agua.
- Si tiene el cabello largo, tal vez quiera cortárselo antes de comenzar el tratamiento.
- Dígale al peluquero que recibirá quimioterapia. Es probable que éste pueda recomendarle productos suaves para el cabello.
- Pruebe usar Bumble y bumble™ Hair Powder para cubrir zonas calvas y áreas debilitadas del cabello. Se puede adquirir en Sephora® o en línea en diferentes sitios web de productos de belleza.

No utilice los siguientes productos para el cabello, ya que podrían ser demasiado severos o jalarle el cabello:

- Aerosol, tinte, blanqueador o permanentes para el cabello
- Hebillas, broches, horquillas, sujetadores de colas de caballo (bandas)
 - No se haga trenzas, trenzas africanas ni cola de caballo.

- Secadores, rizadores o planchas para el pelo
- Gorras de goma para bañarse o para nadar

Pelucas, peluquines y prendas para cubrir la cabeza

Pelucas

Si desea usar peluca, intente comprarla antes de que pierda el cabello, ya que será más fácil combinar el color del pelo y el peinado. Si ya se le ha caído el cabello, traiga una fotografía de su peinado habitual y, si puede, un mechón de cabello. Eso le ayudará a encontrar una peluca que se vea igual que su cabello antes de que comenzara el tratamiento.

Si va a comprar una peluca, es probable que quiera ver distintas opciones y comparar precios.

La peluca debe quedarle bien, ser cómoda y ser fácil de cuidar. Es probable que quiera comenzar a usar la peluca inmediatamente después de que su cabello se debilite. A medida que su cabello se siga debilitando, puede que tenga que ajustar la peluca para que le quede mejor.

Existen muchos tipos de pelucas y peluquines. La siguiente es una lista de los tipos más comunes:

Pelucas hechas a la medida

Las pelucas hechas a la medida se confeccionan a mano y normalmente son el tipo más caro. Estas pelucas se confeccionan con base en las medidas específicas de su cabeza. Es probable que comprar una peluca hecha a la medida requiera de varias visitas a la tienda de pelucas para que la tiñan, la corten y la laven. Las pelucas hechas a la medida normalmente se confeccionan con cabello humano, aunque es posible que se hagan con materiales sintéticos (artificial).

Pelucas confeccionadas y ajustadas previamente

Las pelucas confeccionadas y ajustadas previamente pueden estar hechas de cabello humano, mezclas sintéticas o una combinación de los dos. Se confeccionan en tamaños estándar, pero pueden alterarse para que se adapte a su cabeza. Estas pelucas pueden peinarse y normalmente cuestan menos que una peluca hecha a la medida.

Pelucas confeccionadas previamente o comunes

Las pelucas confeccionadas previamente o comunes normalmente se confeccionan con materiales elásticos y vienen en un solo tamaño. Si compra una peluca confeccionada previamente, por lo general puede llevarla a casa el mismo día en que la compra. Este tipo de pelucas normalmente es el más barato.

Peluquines

Si se le cae el cabello solo en una zona, es probable que quiera considerar la idea de comprar un peluquín en lugar de una peluca. El peluquín se mezclará entre su propio cabello. Se puede confeccionar en cualquier tamaño, color o forma.

Prendas para cubrir la cabeza

Pañuelos, turbantes y sombreros

- Los pañuelos, los turbantes y los sombreros pueden ayudar a sujetar el cabello que se cae y ocultar el cuero cabelludo sin cabello.
- Los pañuelos de seda a veces se deslizan fácilmente de la cabeza. Tal vez sea mejor un pañuelo confeccionado con una tela con mezcla de algodón, ya que pueden ser más cómodos.
- Los turbantes se venden en muchas farmacias y vienen en muchos colores y texturas diferentes.
- También puede usar un sombrero con o sin pañuelo.

Para obtener más información sobre dónde comprar pelucas y peluquines, lea el recurso *Dónde comprar pelucas y peluquines*

(<https://sandbox18.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces>).

Apoyo financiero

Es posible que las personas a las que se les cae el cabello debido al tratamiento contra el cáncer tengan cobertura para adquirir una peluca o un peluquín. Si así fuere, el médico debe escribir una prescripción con un código de diagnóstico que muestre que la caída del cabello se debe al tratamiento contra el cáncer. Consulte con su compañía de seguro para averiguar detalles.

Otros recursos de apoyo financiero son:

Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)

www.cancer.org

Algunas oficinas de la Sociedad Americana contra el Cáncer ofrecen pelucas gratis a personas con cáncer. Para obtener información, diríjase a la oficina local de la Sociedad Americana contra el Cáncer o llame al 800-ACS-2345 (800-227-2345).

CancerCare

www.cancercare.org

CancerCare ofrece pelucas gratis a personas con cáncer. Llame al 800-813-HOPE (800-813-4673) y pida hablar con un trabajador social.

El Programa Luzca bien, siéntase mejor

El programa Luzca bien, siéntase mejor está diseñado

para ayudar a los pacientes a lidiar con los efectos que el tratamiento contra el cáncer pueda tener en su imagen. Durante las sesiones semanales, artistas de maquillaje enseñan sobre técnicas para maquillarse, cuidado de la piel y de las uñas, peinados y opciones para cubrir la cabeza. Para inscribirse en una clase, llame a Luzca bien, siéntase mejor al 800-395-LOOK (800-395-5665) o visite el sitio web www.lookgoodfeelbetter.org.

Los hombres pueden buscar información en www.lookgoodfeelbetter.org/programs/men.

Medicamentos y suplementos para la caída del cabello

Los medicamentos y suplementos para la caída del cabello retrasan el debilitamiento capilar y aumentan el crecimiento de cabello en el cuero cabelludo ya que hacen crecer nuevo cabello y alargan el pelo existente. Pídale más información a su proveedor de cuidados de la salud.

Este le anotará recomendaciones en el espacio a continuación.

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 p. m. los fines de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Hair Loss and Your Cancer Treatment - Last updated on December 12, 2022

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center