Printed November 27, 2014 from http://www.cancer.net/es/desplazarse-por-atenci%C3%B3n-del-c%C3%A1ncer/control-de-efectos-secundarios/ca%C3%ADda-del-cabello-o-alopecia

Caída del cabello o alopecia [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [2], 12/2011

Un efecto secundario posible de la quimioterapia y la radioterapia es la caída del cabello (alopecia). La caída del cabello (y del vello) puede suceder en todo el cuerpo, incluida la cabeza, el rostro, los brazos, las piernas, las axilas y el área púbica. El cabello puede caerse por completo, gradualmente o por partes. En algunos casos, el cabello simplemente se afina (a veces, de manera imperceptible) y puede opacarse o resecarse. Por lo general, la caída del cabello relacionada con el tratamiento para el cáncer es temporal. En la mayoría de los casos, el cabello volverá a crecer.

Un aspecto importante del tratamiento y la atención del cáncer es aliviar los efectos secundarios, lo que también se denomina control de los síntomas, cuidados paliativos [3] o atención médica de apoyo. Si le preocupa la caída del cabello relacionada con su tratamiento para el cáncer, hable con su médico o con otro integrante de su equipo de atención médica.

Causas

La radioterapia y la quimioterapia pueden causar la caída del cabello al dañar las células que ayudan en el crecimiento del cabello.

Quimioterapia: no todas las quimioterapias provocan la caída del cabello; el médico u otro integrante de su equipo de atención médica le pueden brindar más información sobre qué fármacos generan la caída del cabello con más frecuencia. Cuando la caída del cabello se debe a la quimioterapia, por lo general no es inmediata. La mayoría de las veces, el cabello comienza a caerse entre dos y tres semanas luego del comienzo de la quimioterapia y tiende a aumentar entre un mes y dos meses en el tratamiento.

La cantidad de caída del cabello varía de una persona a otra, incluso entre personas que toman el mismo medicamento para la misma forma de cáncer. La cantidad de caída del cabello depende del tipo de fármaco, la dosis y cómo se administró la dosis (en comprimido, mediante i.v. [una pequeña aguja y una sonda insertadas directamente en la vena] o en la piel). Por lo general el cabello vuelve a crecer aproximadamente entre uno y tres meses luego de la finalización de la quimioterapia. En general, el cabello demora entre seis y 12 meses en volver a crecer por completo.

Cuando el cabello vuelve a crecer, su textura puede ser diferente a la del cabello perdido. A veces el cabello puede volver a crecer más fino, otras más grueso. El color del cabello que ha vuelto a crecer también puede ser diferente del cabello original.

Radioterapia: la radioterapia solo afecta al cabello que está en el campo de radiación. Por ejemplo, si recibe radioterapia en la pelvis, se le caerá el cabello en el área púbica. La caída del cabello depende de la dosis y del método de radioterapia. Generalmente el cabello vuelve a crecer en el área donde se recibió la radioterapia luego de varios meses, aunque es posible que sea más fino o que tenga una textura diferente. Cuando se utilizan dosis muy altas de radiación para tratar el cáncer, es posible que el cabello no vuelva a crecer o que vuelva a crecer más fino en el área donde se recibió la radioterapia.

Control de la caída del cabello

Aprender a controlar la caída del cabello antes, durante y después del tratamiento puede ayudarlo a adaptarse mejor a este efecto secundario. Para muchas personas, la caída del cabello producida por el tratamiento para el cáncer es más que solo un cambio en la apariencia física. La caída del cabello puede ser un reto psicológico y emocional, capaz de afectar su imagen de sí mismo [4] (en inglés) y su calidad de vida. Hablar sobre qué siente sobre la caída del cabello con un consejero, alguien que tenga una experiencia similar, un familiar o un amigo también puede darle tranquilidad. Además, puede ser útil hablar sobre la potencial caída del cabello con familiares y amigos, en especial los niños, antes de que suceda. Para los niños, saber qué cambios se producirán en el aspecto físico de una persona que conocen les ayuda a reducir la ansiedad.

Algunas personas recomiendan cortarse el cabello antes de comenzar el tratamiento. Los estilos de cabello corto no solo dan la apariencia de más volumen y cantidad, sino que también permiten que el cambio sea menos chocante cuando el cabello se cae. Luego, cuando el cabello vuelve a crecer, toma menos tiempo en llegar al largo anterior del estilo corto. Tener un estilo de cabello similar al que usaba antes de la caída del cabello puede ayudarlo a sobrellevar el fin del tratamiento y dar el paso siguiente.

Cuidado del cabello y del cuero cabelludo. Las siguientes recomendaciones pueden ser útiles para cuidar el cabello y el cuero cabelludo durante el tratamiento para el cáncer:

- Use un champú suave, para bebés por ejemplo, para lavarse el cabello.
- Considere no lavarlo todos los días ni friegue enérgicamente.
- Use un cepillo suave y péinese con delicadeza.
- Proteja el cuero cabelludo del sol cuando esté al aire libre con protector solar, sombrero o pañuelo.
- Cúbrase la cabeza en los meses de frío para evitar que el cuerpo pierda calor.
- Evite usar secador de cabello con aire muy caliente.
- Evite rizarse o alisarse el cabello con productos químicos.
- Evite usar tinturas permanentes o semipermanentes.
- Use una funda cómoda y suave para la almohada de la cama.
- Hable con su equipo de atención médica antes de usar cualquier crema o loción para el crecimiento del cabello.

Pelucas y postizos. Los siguientes consejos pueden ser útiles si elige usar una peluca o postizo cuando comienza a caerse el cabello:

- Existen tiendas que venden específicamente pelucas y postizos. Si no desea comprar una peluca o un postizo en una tienda minorista, hay tiendas donde venden pelucas y postizos diseñados para personas con cáncer. También puede programar una cita en su casa o realizar un pedido a través de un catálogo.
- Hay muchos tipos de pelucas y postizos. Algunas personas desean una peluca o un postizo similar a su cabello original. Si este es el caso, escoja una peluca o postizo antes de que se le caiga el cabello para que sea lo más parecido posible al color y estilo originales de su cabello. Es posible que otras personas deseen una peluca o un postizo con un nuevo corte que siempre hayan deseado probar. Un peluquero puede ayudarle a peinar la peluca o el postizo.
- Algunas pelucas o postizos están cubiertos por compañías de seguro médico o clasificados como gasto médico deducible de impuestos. Para que lo cubra el seguro, es posible que el médico deba recetar el uso de una peluca o un postizo con la documentación correspondiente. También puede haber pelucas o postizos en préstamo o gratuitos en el centro donde se trata el cáncer o en otras organizaciones en su comunidad. Consulte los recursos con un trabajador social de oncología o con el personal de enfermería.
- Asegúrese en la tienda de que la peluca o el postizo le queden bien para que no le irriten el cuero cabelludo.

Cuidado del cabello que vuelve crecer: cuando su cabello vuelve a crecer, es importante tratarlo con cuidado. En un principio, el cabello nuevo será mucho más fino y se dañará con mucha más facilidad que su cabello original. Los siguientes consejos pueden ser útiles si está cuidando el cabello que vuelve a crecer:

- Lave el cabello solo dos veces a la semana.
- Masajee el cuero cabelludo para quitar las escamas y la piel reseca.
- Evite cepillarse el cabello en forma enérgica. En su lugar, utilice con suavidad un peine de dientes anchos. Al peinarse, evite recoger y sujetar el cabello, rizarlo o usar secador de cabello con aire muy caliente.
- Evite rizar o alisar el cabello con productos químicos, como soluciones para ondulación permanente, hasta que el cabello vuelva a crecer. Algunas personas tal vez necesiten esperar hasta el año para poder rizarse o alisarse el cabello con productos químicos. Antes de intentar nuevamente con productos químicos, pruebe en un pequeño mechón de cabello para ver cómo reacciona, ya que esto puede cambiar luego del tratamiento para el cáncer. O bien solicite sugerencias a su peluquero.
- Evite usar tinturas permanentes o semipermanentes durante al menos tres meses después del tratamiento.

Más información

Verse bien, sentirse mejor [5] (en inglés)

Imagen del cuerpo y cáncer [6] (en inglés)

Efectos secundarios de la quimioterapia [7] (en inglés)

Efectos secundarios de la radioterapia [8] (en inglés)

Links:
[1] http://www.cancer.net/es/desplazarse-por-atenci%C3%B3n-del-c%C3%A1ncer/control-de-efectos-secundarios/ca%C3%ADda-del-cabello-o-alopecia
[2] http://www.cancer.net/es/node/51
[3] http://www.cancer.net/node/18376
[4] http://www.cancer.net/node/25264
[5] http://www.cancer.net/node/26371
[6] http://www.cancer.net/coping/age-specific-information/cancer-young-adults/cancer-and-your-body/cancer-and-body-image
[7] http://www.cancer.net/node/24473
[8] http://www.cancer.net/node/24677