

Cómo obtener ayuda para la caída del cabello

Getting Help for Hair Loss - Spanish

Algunos tratamientos contra el cáncer hacen que las personas pierdan parte o la totalidad del cabello. Es normal sentir malestar por perder el cabello. No obstante, el cabello por lo general vuelve a crecer, y hay algunas cosas que puede hacer para que la pérdida de cabello sea un problema menor para usted.

¿Qué causa la caída del cabello en las personas con cáncer?

El cabello crece todo el tiempo, los cabellos viejos se caen y los nuevos los reemplazan. Muchos medicamentos de quimioterapia dañan el cabello en crecimiento y hacen que se caiga. Algunos medicamentos de quimioterapia pueden hacer que el cabello se debilite o se caiga solo en el cuero cabelludo. Otros también causan debilitamiento o caída del vello púbico, de los brazos y las piernas, las cejas y las pestañas. La radioterapia en la cabeza también puede causar pérdida de cabello en el cuero cabelludo.

Si su cabello se va a caer, por lo general comienza de 1 a 3 semanas después de iniciar el tratamiento y empeora en 1 a 2 meses. Pero el cabello suele volver a crecer incluso antes de que finalice el tratamiento.

Cosas que puede hacer para prepararse para la caída del cabello

- Pregúntele a su médico si es probable que se le caiga el cabello. Si es así, pregunte si sucederá rápidamente o con el tiempo.
- Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer acerca de si una gorra de enfriamiento podría ayudar a reducir su riesgo. Se están llevando a cabo más investigaciones para saber si las gorras de enfriamiento funcionan y son seguras. Las gorras de enfriamiento pueden tener algunos efectos secundarios, como dolores de cabeza, dolor en el cuero cabelludo y molestias en el cuello y los hombros. Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre los beneficios, los riesgos y los efectos secundarios de las gorras de enfriamiento.
- Las pelucas y otras cubiertas para el cuero cabelludo podrían estar parcial o totalmente cubiertas por su seguro médico. Si es así, pídale a su equipo de atención médica que le recete una peluca. El programa “tlc” Tender

Loving Care® de la Sociedad Americana Contra El Cáncer ofrece una variedad de pelucas, sombreros y pañuelos asequibles. Se pueden comprar estos artículos visitando el sitio web “tlc”™ tlcdirect.org o llamando al **1-800-850-9445**.

- Usted podría optar por cortarse el cabello muy corto o incluso afeitarse la cabeza antes de que empiece a caerse.

Otras cosas que puede hacer cuando tiene caída del cabello:

- Es posible que sienta picazón o sensibilidad en el cuero cabelludo. Tenga cuidado al cepillarse y lavarse el cabello. Un peine de dientes anchos puede ayudar.
- La pérdida de cabello puede reducirse un poco al no cepillar o tirar demasiado del cabello. Evite o tenga cuidado al hacer trenzas o colas de caballo, usar rulos (rulos), secar con secador o usar rizadores o planchas.
- Si su cabello se vuelve muy debilitado o desaparece por completo, asegúrese de proteger la piel del cuero cabelludo del calor, el frío y el sol. Use un protector solar de amplio espectro con un factor de protección solar (FPS) de al menos 30 y use un sombrero. En climas fríos, use un sombrero o una bufanda para cubrirse la cabeza y mantenerse abrigado.
- Cuando el cabello nuevo comienza a crecer, al principio puede romperse con facilidad. Evite las permanentes y los tintes durante los primeros meses. Mantenga el cabello corto y fácil de peinar.

Para obtener información sobre el cáncer, ayuda diaria y apoyo, visite el sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer en cancer.org/es o llámenos al **1-800-227-2345**.

Estamos aquí cuando usted nos necesite.



- Cuando su cabello comienza a crecer nuevamente, puede que tenga una textura o color diferente. Con el tiempo, es probable que vuelva a ser como era antes del tratamiento.

Dígales a sus amigos o a sus seres queridos lo que pueden hacer para ayudarlo. Es posible que pueda sobrellevar mejor su situación con su apoyo y comprensión.



Cada cáncer. Cada vida.

SPANISH
© 2022, Sociedad Americana Contra El Cáncer, Inc.
No. 216000-Revisado el 10/22
Los modelos se usaron solo para fines ilustrativos.

