

# Qué hacer con la caída del cabello

*What to Do for Hair Loss - Spanish*

Algunos tratamientos contra el cáncer hacen que las personas pierdan parte o todo su cabello. El cabello por lo general vuelve a crecer y hay cosas que puede hacer para que resulte menos problemático 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 provocando su caída. Algunos medicamentos de quimioterapia pueden causar debilitamiento del cabello o caída del cabello 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.



## Algunas cosas que puede hacer para prepararse para la caída del cabello

- Pregúntele a su equipo de atención médica contra el cáncer 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. Éstas pueden tener algunos efectos secundarios, incluidos 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 acerca de 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 cobertura de salud. Si es así, pídale a su equipo de atención médica contra el cáncer 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 para personas que enfrentan el tratamiento contra el cáncer que causa la caída del cabello. Se pueden comprar estos artículos visitando el sitio web "tlc"™ en: [tlcdirect.org](http://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. Usar un peine de dientes anchos puede ayudar.
- La pérdida de cabello puede reducirse un poco al no cepillar o tirar demasiado del cabello. Evite hacer trenzas o colas de caballo, usar rulos (rulos), secar con secador o usar rizadoros 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 protegerse del frío.
- Cuando el cabello nuevo comienza a crecer, al principio puede partirse con facilidad. Evite las permanentes y los tintes durante los primeros meses. Mantenga su cabello corto y fácil de peinar.
- Cuando su cabello comience 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.



## Hable con su equipo de atención médica contra el cáncer.

Informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si tiene dificultades para acostumbrarse a la caída del cabello para que pueda recibir ayuda.



Para obtener información y respuestas sobre el cáncer, visite el sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer en [cancer.org/es](http://cancer.org/es) o llámenos al: **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.