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. También se describen productos, medicamentos y procedimientos para ayudar con la caída del cabello.

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 (quimio), la inmunoterapia, la terapia endocrina o la radiación en la cabeza. También hay otras causas de la caída del cabello, como:

- Antecedentes familiares de caída del cabello
- Tener niveles bajos de ciertas vitaminas
- Cambios hormonales
- Algunas enfermedades, como el hipotiroidismo. Esto es cuando la glándula tiroidea no produce suficientes hormonas.
- Algunos peinados
- Algunos medicamentos
- Estrés

Si se le está empezando a caer el cabello, es importante que vea a su dermatólogo (médico de la piel). Puede ayudarle a encontrar el motivo de su caída del cabello. También puede contestarle cualquier pregunta

que tenga sobre su cabello.

Su dermatólogo le preguntará sobre su historial de caída del cabello. También revisará las zonas donde se le esté cayendo el cabello.

Preguntas comunes

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

Los tratamientos contra el cáncer, como la radiación y la quimioterapia, atacan las células cancerosas que crecen rápidamente. Estos tratamientos también pueden dañar las células normales que crecen rápidamente, como las células del cabello.

Es posible que la quimio cause la caída del cabello en el cuero cabelludo, el área púbica, los brazos, las piernas, las cejas y las pestañas.

La radioterapia en la cabeza a menudo causa la caída de cabello del cuero cabelludo. A veces, es posible que el cabello no crezca igual que antes. También es posible que no vuelva a crecer nunca. Esto dependerá de la dosis (cantidad) de radiación que reciba en la cabeza.

¿Cuándo se me comenzará a caer el cabello?

Es probable que comience a ver que el cabello se debilita o se cae en estos momentos:

- 1 a 4 semanas después de su primer tratamiento de quimio.
- 4 semanas después de haber recibido radioterapia.

La cantidad de cabello que se pierde o se debilita depende del tipo, de la dosis y de los tiempos de los tratamientos. La velocidad con la que se cae el cabello no es la misma para todas las personas.

Es probable que primero note que hay cabello en la almohada al despertarse. O también puede notarlo al bañarse o cepillarse el cabello. La mayoría de las veces, la caída del cabello ocurre entre 3 y 6 semanas después de comenzar su tratamiento de quimioterapia.

A algunas personas, se les debilita el cabello en lugar de que se les caiga. El debilitamiento del cabello es cuando el cabello se siente y se ve con una textura más delgada. Hable con su equipo de atención sobre qué esperar luego de la quimioterapia o la radioterapia.

¿Cuándo me volverá a crecer el cabello?

Debería comenzar a crecer nuevamente una vez que terminen sus tratamientos. Puede que le lleve de 3 a 5 meses para volver a crecer. Cuando le vuelva a crecer el cabello, es posible que no tenga la misma textura ni el mismo color. En casos especiales, el cabello no volverá a ser tan abundante como antes.

Existe una pequeña posibilidad de que el cabello no le vuelva a crecer luego de la radioterapia en la cabeza.

Cuidado del cabello y la cabeza

Las siguientes son algunas formas en las que puede cuidar la cabeza y el cabello 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 exponga 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. Cualquier cosa que elija usar debe ajustarse perfectamente. No debe estar ni demasiado ajustada ni demasiado suelta, ya que eso puede causar fricción (roces).

- Duerma con una almohada con funda de satín o de seda, ya que estas telas son más suaves que otras y pueden disminuir los enredos en el cabello.
- Cepíllese 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 quimio. Es probable que éste pueda recomendarle productos suaves para el cabello.

Durante el tratamiento, limite el uso de cosas que puedan ser demasiado agresivas para el cabello o puedan jalarlo, como:

- 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 cabello.
- Gorros de goma para bañarse o para nadar.
- Sombreros ajustados u otras prendas para cubrir la cabeza.
- Auriculares u otros dispositivos con bandas ajustadas para la cabeza.

Enfriamiento del cuero cabelludo

El enfriamiento del cuero cabelludo es una forma de reducir la caída del

cabello mientras recibe quimioterapia para tratar tumores sólidos. Los tumores sólidos son cánceres que no son leucemia o linfoma. El enfriamiento del cuero cabelludo implica usar un gorro frío en la cabeza antes, durante y después de la quimioterapia.

Hay 2 formas de enfriar el cuero cabelludo:

- **Sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman:** Este sistema funciona al conectar un gorro de enfriamiento a una máquina de enfriamiento. La máquina hace pasar líquido frío por el gorro mientras usted lo tiene puesto. La máquina ajusta la temperatura del gorro para que se mantenga frío mientras lo usa.
- **Gorro Penguin™:** Es un gorro de enfriamiento relleno de gel que se congela con anticipación y se lleva a su tratamiento de quimioterapia. El gorro no está conectado a una máquina de enfriamiento y no se mantendrá frío mientras lo usa. Deberá llevar varios gorros congelados para poder cambiarlos a medida que pierdan el frío.

Hay un costo asociado al uso del enfriamiento del cuero cabelludo. El costo depende del tipo de sistema de enfriamiento del cuero cabelludo que utilice y de la cantidad de tratamientos que necesite.

Hable con su proveedor de cuidados de la salud para ver si el enfriamiento del cuero cabelludo es la opción adecuada para usted. Para obtener más información, lea *Cómo hacer frente a la caída del cabello con enfriamiento del cuero cabelludo durante la quimioterapia para tratar tumores sólidos* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/managing-hair-loss-scalp-cooling).

Pelucas, peluquines y prendas para cubrir la cabeza

Pelucas

Las pelucas son una excelente opción que puede ayudarle a sentirse más cómodo y seguro durante su tratamiento contra el cáncer. Vienen

en muchos estilos, colores y materiales, por lo que puede encontrar una que sea adecuada para usted.

Si quiere usar una peluca, intente conseguirla antes de que se le caiga el cabello. Así será más fácil conseguir una del color y el peinado adecuados.

Si ya se le ha caído el cabello, traiga una foto de su peinado habitual. También es útil traer un mechón de cabello, si puede. Esto le ayudará a encontrar una peluca que se parezca a su cabello antes del tratamiento.

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

Las pelucas completas brindan una cobertura total de su cabello y cuero cabelludo. Se pueden peinar como desee. Hay muchos tipos de pelucas completas. Aquí tiene una lista de los tipos más comunes:

Pelucas hechas a la medida

Estas pelucas están hechas a mano y, muchas veces, son las más caras. Se fabrican utilizando las medidas de su propia cabeza, lo que puede darle un aspecto más natural. Es probable que deba asistir varias veces a la tienda de pelucas para que la tiñan, la corten y la laven. Las pelucas hechas a la medida, por lo general, se confeccionan con cabello humano, aunque también se pueden realizar con materiales sintéticos (artificiales).

Pelucas confeccionadas y ajustadas previamente

Estas pelucas pueden estar hechas de cabello humano, mezclas sintéticas o una combinación de ambos. Están hechas en tamaños estándar, pero se pueden ajustar para adaptarse a la cabeza. Se pueden peinar y, por lo general, son menos costosas que una peluca hecha a la

medida.

Pelucas confeccionadas previamente o comunes

Estas pelucas suelen estar hechas de un material elástico y vienen en un talle único. La mayoría de las personas pueden llevarse la peluca a casa el mismo día que la compran. En general, las pelucas prefabricadas cuestan menos que otros tipos de pelucas.

Para obtener más información sobre dónde comprar pelucas, lea *Dónde comprar pelucas y peluquines* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces).

Peluquines y medias pelucas

Algunas personas pueden perder cabello solo en una área. Esto se llama caída parcial de cabello, y puede que no necesite una peluca completa. Quizá prefiera comprar un peluquín o una media peluca en su lugar. Un peluquín o una media peluca puede añadir volumen o longitud y se mezcla con su propio cabello. Se puede confeccionar en cualquier tamaño, color o forma.

Para obtener más información sobre dónde comprar peluquines y medias pelucas, lea *Dónde comprar pelucas y peluquines* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/where-buy-wigs-and-hairpieces).

Prendas para cubrir la cabeza

Las prendas para cubrir la cabeza son una forma fácil y económica de ayudar a sujetar el cabello que se cae. También pueden ocultar un cuero cabelludo sin cabello. Hay muchos tipos de prendas para la cabeza, como pañuelos, turbantes y sombreros o gorros.

La elección de qué prenda para cubrir la cabeza usar y cuándo usarla depende de usted. Algunas personas se sienten cómodas usando una prenda para cubrir la cabeza todos los días, mientras que otras pueden

usarla con menos frecuencia.

Puede usar una prenda para cubrir la cabeza sola o junto con una peluca. También puede usar una prenda para la cabeza mientras utiliza productos de camuflaje para la caída de cabello, como polvos para disimular la falta de cabello.

Aquí tiene una lista de los tipos más comunes de prendas para cubrir la cabeza:

Pañuelos

Los pañuelos vienen en muchos colores, telas y estilos. Se pueden atar de diferentes maneras para crear muchos estilos y sumar variedad a su vestimenta.

Los pañuelos de seda a veces se deslizan fácilmente de la cabeza. Quizás quiera comprar un pañuelo de mezcla de algodón. Este tipo puede ser más cómodo. Hay menos posibilidades de que se desate o se resbale de la cabeza.

Turbantes

Los turbantes se venden en farmacias y vienen en muchos colores y texturas. A algunas personas les gusta usar turbantes de tela de toalla porque son suaves y cómodos.

Sombreros, gorras y gorros

Los sombreros, gorras y gorros vienen en muchos colores, telas y estilos. Puede usar este tipo de prendas para la cabeza con ropa casual y más formal. También puede usar este tipo de prendas para la cabeza con o sin pañuelos.

Los gorros son cómodos y abrigados. Son ideales para climas fríos y se pueden usar tanto en interiores como en exteriores.

Al elegir un sombrero, gorra o gorro, busque aquellos que tengan un

forro suave. Esto ayudará a prevenir la irritación del cuero cabelludo.

Productos de camuflaje capilar

Los productos de camuflaje capilar pueden ayudar a cubrir las áreas calvas y las zonas donde tiene cabello debilitado. Se pueden usar solos o junto con otros productos de camuflaje capilar. Algunas personas usan productos de camuflaje capilar todos los días, mientras que otras pueden usarlos en ocasiones especiales.

Puede usar productos de camuflaje capilar con cualquier grado de caída del cabello. Las personas con mayor caída del cabello pueden usar camuflaje para cubrir todo el cuero cabelludo. Aquellas personas con áreas calvas o pequeñas zonas de debilitamiento del cabello pueden usar camuflaje para cubrir solo esas áreas.

Al usar un producto de camuflaje capilar, elija un color que coincida con el color de las raíces de su cabello. Es posible que necesite usar más de un producto para obtener el color y el aspecto que desea.

Puede comprar productos de camuflaje capilar en línea en sitios web de productos de belleza o minoristas en línea, como Amazon y Walmart.

Aquí tiene una lista de los tipos más comunes de productos de camuflaje capilar:

Fibras capilares

Estas son fibras a base de queratina que se adhieren (se pegan) al cabello existente, haciéndolo parecer más grueso y abundante. La queratina es un tipo de proteína que ayuda a formar el cabello, piel y uñas. Los productos de fibras capilares vienen en muchos tonos para coincidir con el color del cabello. Las fibras capilares son resistentes al agua y se eliminarán con el próximo lavado con champú. Un ejemplo de un producto de fibras capilares es Toppik™ Hair Building Fibers.

Polvos capilares o pastillas de polvo

Estos son polvos que recubren el cuero cabelludo y el cabello. Agregan volumen a las raíces del cabello y hacen que parezca más abundante. Puede aplicar el polvo con una esponja húmeda antes de peinarse. Los polvos capilares son resistentes al agua y se eliminarán con el próximo lavado con champú. Un ejemplo de un producto de polvo capilar es Bumble and bumble™ Hair Powder.

Crayones capilares

Estos son crayones de fibra seca que cubren las raíces y rellenan áreas calvas o pequeñas zonas de debilitamiento del cabello. Puede usar el crayón en el cabello seco después de peinarlo. Los crayones para el cabello son resistentes al agua y se eliminarán con su próximo lavado con champú. Un ejemplo de un producto de crayón para pintar el cabello es Bumble and bumble Color Stick.

Sprays de camuflaje

Estos son sprays que rellenan las áreas calvas o de debilitamiento del cabello, y hacen que el cabello luzca más grueso y abundante. Los sprays son resistentes al agua y se eliminarán con el próximo lavado con champú. Un ejemplo de un producto de spray de camuflaje es Toppik Colored Hair Thickener Spray.

Lociones y cremas de camuflaje

Estas son lociones y cremas que cubren las áreas calvas y de debilitamiento del cabello, y hacen que el cabello luzca más grueso y abundante. Las lociones y cremas de camuflaje vienen en muchos colores. Son resistentes al agua y se eliminarán con el próximo lavado con champú. Un ejemplo de un producto de loción o crema de camuflaje es PROCOVR™ Hair Loss Concealer Cream.

Aquí tiene una tabla que enumera los productos de camuflaje capilar:

Tipo de producto	Nombre del producto	Colores disponibles	Dónde comprar
Fibras capilares *Se adhiere al cabello existente y hace que luzca más grueso*	Boldify™ Hair Thickening Fibers	• Castaño rojizo • Negro • Rubio (rubio dorado, rubio) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Gris (gris oscuro, gris) • Sal y pimienta • Blanco	• Amazon • Walmart • www.getboldify.com
	Caboki® Hair Loss Concealer	• Castaño rojizo • Negro • Rubio (rubio dorado, rubio) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Gris (gris oscuro, gris) • Sal y pimienta • Blanco	• Amazon • Walmart • www.caboki.com

	Febron® Hair Building Fibers	• Castaño rojizo • Negro • Rubio (rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro, castaño claro frío) • Gris (gris oscuro, gris) • Blanco	• Amazon • Walmart • www.febron.com
	Hair Illusion® Real Hair Fibers	• Castaño rojizo • Negro • Castaño (castaño oscuro, castaño)	• Amazon • Walmart • www.hairillusion.com
	Toppik™ Hair Building Fibers	• Castaño rojizo • Negro • Rubio (rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Gris • Blanco	• Amazon • CVS • Ulta Beauty • Walgreens • Walmart • www.toppik.com

	XFusion™ Keratin Hair Fibers	• Castaño rojizo • Negro • Rubio (rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Gris • Blanco	• Amazon • Target • Walmart
Polvo capilar/Pastillas de polvo *Añade volumen al cuero cabelludo y al cabello fino y hace que el cabello luzca más abundante*	Boldify Hairline Powder	• Castaño rojizo (castaño rojizo oscuro, castaño rojizo) • Negro • Rubio (rubio oscuro, rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro, castaño cenizo, castaño avellana) • Gris (gris oscuro, gris) • Blanco	• Amazon • Walmart • www.getboldify.com

	Caboki 10x Hair Powder	• Castaño rojizo (castaño rojizo medio, castaño rojizo claro) • Negro • Rubio (rubio natural, rubio dorado, rubio) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Gris (gris oscuro, gris) • Sal y pimienta (oscuro, claro) • Plata/Blanco	• Amazon • www.caboki.com
	Sevich® Hair Shadow Powder	• Castaño rojizo (castaño rojizo claro) • Negro • Rubio (rubio medio) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro, café claro, castaño cobrizo) • Gris	• Amazon • Walmart

Crayones capilares *Cubre las raíces y las zonas de debilitamiento del cabello y hace que las raíces luzcan más abundantes*	Bumble and bumble™ Color Stick	• Negro • Castaño	• Amazon • Nordstrom • Sephora • Walmart • www.bumbleandbumble.com
	Color Wow™ Root Cover Up	• Negro • Rubio (rubio oscuro, rubio platino) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro) • Rojo	• Amazon • Sephora • Target • Ulta Beauty • Walmart • www.colorwowhair.com

	L'Oreal® Paris Magic Root Precision Pen	• Castaño rojizo (rojo castaño oscuro, rojo castaño claro) • Negro (negro suave, negro) • Rubio (rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño cenizo oscuro, castaño dorado oscuro, castaño medio, castaño cenizo medio, castaño dorado medio, castaño claro)	• Amazon • CVS • Rite Aid • Target • Ulta Beauty • Walmart • www.lorealparisusa.com
	Toppik Fill Me In Hairline Filler	• Negro • Rubio (rubio medio) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio)	• Amazon • CVS • Rite Aid • Target • Ulta Beauty • Walgreens • www.toppik.com

Sprays de camuflaje *Rellena las áreas calvas o de debilitamiento del cabello*	L'Oreal Paris Magic Root Cover Up Concealer Spray	• Negro • Rubio (rubio oscuro, rubio medio, rubio claro) • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro, castaño dorado claro) • Rojo (rojo vibrante, rojo)	• Amazon • CVS • Target • Ulta Beauty • Walgreens • Walmart • www.lorealparisusa.com
	L'Oreal Paris Professional Hair Touch Up Root Concealer Spray	• Castaño rojizo • Negro (castaño oscuro/negro) • Rubio • Castaño (castaño claro, castaño cálido)	• Amazon • Walmart
	Rita Hazan™ Root Concealer Touch- Up Spray	• Rubio (rubio oscuro) • Negro (castaño oscuro/negro) • Castaño (castaño claro) • Rojo	• Amazon • Walmart • www.ritahazan.com

	Toppik Colored Hair Thickener Spray	• Negro • Castaño (castaño oscuro, castaño medio, castaño claro)	• Amazon • Walmart • www.toppik.com
	TRESemmé® Root Touch-Up Temporary Hair Color Spray	• Negro • Castaño (castaño oscuro, castaño claro)	• Amazon • Target • Walgreens • Walmart • www.tresemme.com
Lociones y cremas de camuflaje *Rellena las áreas calvas o de debilitamiento del cabello. Se aplica como maquillaje*	PROCOVR™ Hair Loss Concealer Cream	• Castaño rojizo • Negro • Castaño • Gris (gris medio, gris/blanco)	• Amazon • Walmart • www.procovr.com

Tatuajes capilares

El tatuaje capilar es un procedimiento estético que puede ayudar con la caída del cabello. Los tatuajes capilares ayudan a rellenar las áreas calvas o de debilitamiento en el cuero cabelludo o cejas.

Los siguientes tipos de tatuajes capilares duran mucho tiempo y cambian su apariencia (cómo se ve): También se pueden hacer a medida para usted, según el color de su cabello y tono de piel.

Tatuajes de cejas

Los tatuajes de cejas son para personas que tienen caída de vello en las cejas. Al igual que un tatuaje regular, se utiliza una aguja para poner pigmento (color) profundamente en la piel. Esto hará que parezca que tiene cejas más completas y definidas. Los tatuajes de cejas son tatuajes reales y son permanentes (no se van).

Micropigmentación

Si no desea tatuajes de cejas permanentes, puede intentar la micropigmentación en su lugar. La micropigmentación es un tatuaje semipermanente que dura de 1 a 3 años.

Utiliza una herramienta con forma de cuchilla para crear pequeñas incisiones (cortes) similares a pelos a lo largo de las cejas. Luego, se frota pigmento en la piel. El pigmento no se coloca tan profundamente bajo la piel como en un tatuaje de cejas. El color se desvanecerá con el tiempo, por lo que necesitará retoques regulares.

Micropigmentación del cuero cabelludo

La micropigmentación del cuero cabelludo es para personas que tienen caída de cabello en el cuero cabelludo. Utiliza agujas finas y pequeñas para colocar pequeños puntos de pigmento en el cuero cabelludo. Los puntos varían en tamaño y profundidad, lo que hace que parezca que tiene el cabello más abundante.

Muchas personas que están calvas utilizan la micropigmentación del cuero cabelludo para crear la apariencia de un corte de pelo corto. La micropigmentación del cuero cabelludo es un tatuaje real y es permanente.

Opciones de restauración capilar

La restauración capilar puede ayudar a estimular el crecimiento del cabello en áreas del cuero cabelludo que están calvas o con debilitamiento. Algunas opciones implican cirugía, mientras que otras

no.

Restauración del cabello sin cirugía

Una forma común de restaurar el cabello sin cirugía es tomar medicamentos. Algunos medicamentos ayudan a reducir el debilitamiento del cabello durante el tratamiento de quimioterapia. También ayudan a hacer que el cabello crezca nuevamente después del tratamiento de quimioterapia.

Su proveedor de cuidados de la salud puede recetarle un medicamento oral o tópico. Los medicamentos orales son medicamentos que se toman por vía oral, como pastillas o comprimidos. El medicamento tópico es un medicamento que se aplica directamente sobre el cuero cabelludo. A menudo es un líquido, espuma o champú.

Puede tomar un medicamento oral o usar uno tópico para ayudar a que el cabello crezca más rápido. Asegúrese de hablar primero con su proveedor de cuidados de la salud antes de comenzar a tomar un medicamento. Le dirá qué medicamento es seguro tomar.

Aquí tiene una lista de los tipos más comunes de medicamentos:

Minoxidil (Rogaine®)

El minoxidil ayuda a tratar la caída de cabello, ya que hace que los folículos capilares crezcan cabello nuevo y permanezcan en la fase activa de crecimiento por más tiempo. También ayuda a que el cabello se vuelva más grueso y fuerte, ya que aumenta el flujo sanguíneo al cuero cabelludo. Su proveedor de cuidados de la salud puede recetarle minoxidil como medicamento oral o tópico.

Dutasteride (Avodart®) y Finasteride (Propecia®)

Estos medicamentos funcionan al ralentizar o detener el proceso en el que el cuerpo convierte la testosterona (una hormona reproductiva) en dihidrotestosterona (DHT). La DHT es una hormona que causa el

debilitamiento del cabello y la caída de cabello.

Tomar estos medicamentos puede reducir la cantidad de DHT que produce el cuerpo. Esto ayuda a ralentizar la caída del cabello y a que el cabello vuelva a crecer. Su proveedor de cuidados de la salud puede recetarle dutasteride o finasteride como medicamento oral o tópico.

Spironolactone (Aldactone®)

Al igual que el dutasteride y el finasteride, el spironolactone reduce la cantidad de DHT (una hormona que causa la caída del cabello) que produce el cuerpo. Esto ayuda a ralentizar la caída del cabello y favorece el crecimiento del cabello. El spironolactone a menudo se prescribe cuando otros medicamentos (como el minoxidil) no funcionan. Su proveedor de cuidados de la salud puede recetarle spironolactone como medicamento oral o tópico.

Restauración del cabello con cirugía

Una forma común de restaurar el cabello con cirugía es el trasplante de cabello. Este es el mejor tratamiento para las personas que tienen mucha caída del cabello. Es una forma permanente de ayudar a restaurar el crecimiento del cabello en áreas del cuero cabelludo con poco o ningún cabello. El trasplante de cabello también se llama injerto capilar o reemplazo de cabello.

El objetivo del trasplante de cabello es utilizar el cabello que ya tiene para rellenar las áreas de debilitamiento o calvas. Durante este procedimiento, los folículos capilares se toman de una parte de su cuero cabelludo donde el crecimiento del cabello es fuerte. Esto suele ser en la parte posterior y los lados del cuero cabelludo. Luego, los folículos capilares se trasladan a las áreas de debilitamiento o calvas del cuero cabelludo, donde pueden crecer.

Este procedimiento a menudo se realiza en el consultorio de un médico y lo hace un dermatólogo o un cirujano plástico.

No se recomienda realizar un trasplante de cabello durante su tratamiento de quimioterapia. Esto se debe a que la quimioterapia puede dañar los folículos capilares y el cuero cabelludo. Es mejor esperar hasta que termine el tratamiento de quimioterapia y el cabello vuelva a crecer.

Para obtener más información sobre la restauración del cabello, hable con su proveedor de cuidados de la salud. Le dirá si es adecuado para usted.

Consejos para elegir los productos, medicamentos y procedimientos adecuados para ayudar con la caída del cabello

En este recurso, mencionamos algunos productos, medicamentos y procedimientos para ayudar con el debilitamiento y la caída del cabello. Hay tantas opciones para elegir que puede ser difícil saber cuál es la adecuada para usted. Estos son algunos consejos útiles:

- **La comodidad es lo primero:** Muchas personas que reciben quimioterapia tienen el cuero cabelludo seco y sensible. Por eso, es conveniente elegir productos que sean cómodos de usar, como un gorro suave. También es útil elegir productos que no irriten el cuero cabelludo. Las fibras naturales (como el algodón y el bambú) suelen ser menos irritantes que las fibras sintéticas (como el poliéster).
- **Pruebe varias opciones:** Hay muchos productos, medicamentos y procedimientos que ayudan con la caída del cabello. Puede probar varias opciones para ver cuál funciona mejor para usted. Puede que descubra que necesita usar más de un producto para lograr el aspecto que desea.
- **Pida ayuda:** Puede ser difícil elegir el producto, medicamento o procedimiento adecuado para la caída del cabello. Si está confundido o no sabe por dónde empezar, hable con alguien que

pueda ayudarle. Puede ser su estilista, proveedor de cuidados de la salud o alguien con formación especializada en la caída del cabello causada por la quimioterapia, como un dermatólogo. Ellos pueden brindarle información, apoyo y consejos sobre cómo elegir lo que es adecuado para usted.

Sabemos que perder el cabello es estresante. Elegir los productos, medicamentos y procedimientos adecuados puede hacer que se sienta más cómodo y seguro. Es importante sentirse cómodo y seguro consigo mismo. Recuerde, no está solo. Su equipo de atención está aquí para apoyarlo en cada paso del camino.

Apoyo financiero

Cuando compre una peluca o un peluquín, puede que quiera comparar precios y buscar en diferentes lugares. 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. Antes de visitar tiendas o sitios web, pregúntele a su compañía de seguro lo siguiente:

- Si ellos cubrirán parte del costo de una peluca o un peluquín.
- Si necesitará una receta para una peluca o un peluquín. Si es así, pídale a su proveedor de cuidados de la salud que le recete una prótesis craneal. La receta debe incluir un código de diagnóstico que indique que su caída del cabello es debido al tratamiento para el cáncer.

Si está en un grupo de apoyo, puede ser útil hablar con otras personas sobre el apoyo financiero. Ellos pueden estar pasando por lo mismo que usted. Ellos pueden brindarle información sobre el costo de los tratamientos para la caída del cabello y cómo obtuvieron ayuda financiera.

También puede hablar con su proveedor de cuidados de la salud o

dermatólogo si tiene alguna pregunta sobre el apoyo financiero. Pueden ponerlo en contacto con recursos en MSK que pueden brindarle ayuda. Para obtener más información, lea *Programas de asistencia financiera: Cómo MSK puede brindarle ayuda durante el tratamiento* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-msk-can-support-you-during-treatment).

Otros recursos de apoyo financiero

Sociedad Americana contra el Cáncer (ACS)
www.cancer.org
Algunas oficinas de la ACS ofrecen pelucas gratuitas a las personas con cáncer. Para obtener más información, visite la oficina de la ACS de su localidad o llame al 800-ACS-2345 (800-227-2345).

Cancer*Care*
www.cancercare.org
Cancer*Care* Ofrece pelucas gratuitas a las personas con cáncer. Llame al 800-813-HOPE (800-813-4673) y pida hablar con un trabajador social.

Programa Luzca bien siéntase mejor

El programa Luzca bien siéntase mejor ayuda a las personas a afrontar las formas en que el tratamiento contra el cáncer puede afectar su apariencia. Durante las sesiones semanales, los maquilladores enseñan técnicas de maquillaje, cuidado de la piel y las uñas, peinados y opciones de prendas para cubrir la cabeza. Para inscribirse en una clase, visite www.lookgoodfeelbetter.org o llame al 800-395-LOOK (800-395-5665).

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

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

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

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