

Cómo hacer frente a la caída del cabello con enfriamiento del cuero cabelludo durante la quimioterapia para tratar tumores sólidos

En esta información se explica cómo el enfriamiento del cuero cabelludo (usar un gorro frío) durante la quimioterapia puede ayudarle a reducir la caída del cabello. También brinda información básica sobre el cuidado de la cabeza y el cabello durante la quimioterapia.

Caída del cabello relacionada con la quimioterapia

La quimioterapia ataca las células de rápido crecimiento. Las células cancerosas son de rápido crecimiento, pero también lo son otras células como las células del cabello. La quimioterapia puede causar la caída del cabello en el cuero cabelludo, las cejas, las pestañas, los brazos, las piernas y la zona púbica. Según la quimioterapia que reciba, puede perder cabello en alguna de estas zonas, en todas o en ninguna.

Es probable que comience a ver que el cabello se cae de 1 a 4 semanas después del primer tratamiento de quimioterapia. La cantidad de cabello que se le caiga depende del tipo de quimioterapia y qué cantidad y con qué frecuencia la reciba. Hable con su equipo de atención médica sobre la cantidad de caída del cabello que debe esperar debido a la quimioterapia que recibirá.

La rapidez de la caída del cabello también varía según la persona. Los primeros indicios de la caída de cabello puede ser encontrar más cabello en su almohada por la mañana, en la ducha o cuando se cepilla el cabello.

Una vez que deje de recibir quimioterapia, su cabello debe volver a crecer. Puede llevar de 3 a 5 meses para que su cabello le vuelva a crecer, y es posible que tenga diferente textura, color o volumen. Para la mayoría de las personas, el cabello crece completamente como estaba antes de la quimioterapia.

Reducción de la caída del cabello con 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 recibir quimioterapia.

El enfriamiento del cuero cabelludo se ha usado en Canadá y partes de Europa durante años. Se ha usado recientemente en los Estados Unidos debido a que la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) aprobó las máquinas de enfriamiento del cuero cabelludo en 2015. La aprobación de la FDA se basó en ensayos clínicos (estudios de investigación) que mostraron qué podemos esperar del enfriamiento del cuero cabelludo y cómo usar mejor este método para reducir la caída del cabello durante la quimioterapia para tratar el cáncer de mama.

¿Qué tan efectivo es el enfriamiento del cuero cabelludo? ¿Se me puede caer más cabello?

La cantidad de cabello que le quede después del enfriamiento del cuero cabelludo depende de con cuánto cabello comienza y qué tan sanos están su cabello y cuero cabelludo antes de comenzar el tratamiento. También depende del tipo y dosis del medicamento de quimioterapia que reciba.

Los estudios demuestran que el enfriamiento del cuero cabelludo puede funcionar desde el 10% al 100% de las veces. Esto hace que sea difícil predecir la eficacia del enfriamiento del cuero cabelludo en su caso. La mayoría de los estudios descubrieron que las personas pierden menos cabello y usan prendas para cubrir la cabeza o pelucas con menos frecuencia cuando el enfriamiento del cuero cabelludo se usa en comparación a cuando no se utiliza este método.

Incluso con el enfriamiento del cuero cabelludo, es normal perder algo de cabello poco tiempo después de iniciar el tratamiento. Es posible que esto no termine con la caída completa del cabello. Es posible que la caída del cabello sea menor si continúa usando el enfriamiento del cuero cabelludo durante su tratamiento de quimioterapia.

Incluso si usa uno de los métodos de enfriamiento del cuero cabelludo, no hay garantía de que no se le caerá mucho cabello y que no necesite usar prendas para cubrir el cabello.

¿Es difícil tolerar el enfriamiento del cuero cabelludo?

La mayoría de las personas tolera el enfriamiento del cuero cabelludo, pero, aproximadamente el 30 % al 50 % de las veces, las personas tienen efectos secundarios como dolores de cabeza, náuseas (sensación de que va a vomitar), dolor en el cuero cabelludo o sensación de frío. Algunas personas también sienten que los gorros son demasiado fríos y que son muy incómodos. Una pequeña cantidad de personas deciden dejar de usar el enfriamiento del cuero cabelludo debido a estos efectos secundarios.

¿Hay riesgos relacionados con el enfriamiento del cuero cabelludo?

Existe un pequeño riesgo de irritación en el cuero cabelludo o la frente debido al enfriamiento.

Algunas personas se preocupan de que las células cancerosas se trasladen al cuero cabelludo y crezcan. Hay una muy pequeña posibilidad de que esto ocurra y esto no se ve afectado por el uso del enfriamiento del cuero cabelludo.

¿Cómo se realiza el enfriamiento del cuero cabelludo?

El enfriamiento del cuero cabelludo se realiza por medio de un gorro especial en la cabeza. Hay 2 formas diferentes para enfriar el cuero cabelludo: usando gorros fríos o usando una máquina que enfría el gorro de manera continua.

Gorros de enfriamiento congelados

Existen muchas marcas conocidas de gorros de enfriamiento:

- La Chemo Cold CapTM. Su sitio web es www.chemocoldcaps.com.

- Gorro Penguin™. Su sitio web es www.penguinoldcaps.com.

Puede alquilar los gorros Chemo Cold Cap y Penguin a través de las empresas que las fabrican. Su proveedor de cuidados de la salud le puede dar más información sobre estos productos.

Es importante que los gorros se conserven en la misma temperatura fría antes, durante y después de su tratamiento. Para hacer esto necesitará tener varios gorros congelados durante cada tratamiento de quimioterapia y cambiarlos a medida que se calienten. Siga las pautas de cada gorro para saber cuántos gorros necesitará y cuánto tiempo debe usar cada uno.

Todos los gorros deben estar congelados antes y los debe traer a la cita de quimioterapia en una nevera portátil con hielo seco. Debe planear con antelación para traer a un cuidador, a un amigo, a un familiar o contratar a una persona entrenada en el cambio de gorros para que le ayude a cambiarse el gorro frío durante su tratamiento.

Gorro conectado a una máquina de refrigeración

Memorial Sloan Kettering (MSK) ofrece el Paxman Scalp Cooling System (sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman). El sistema funciona al conectar un gorro de enfriamiento a una máquina de refrigeración. La máquina hace pasar líquido frío por el gorro mientras usted lo tiene puesto.

Cómo utilizar el sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman

Si le interesa usar el sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman, hable con su proveedor de cuidados de la salud antes de su primer tratamiento de quimioterapia. Le inscribirán y Paxman le enviará un gorro de enfriamiento y un kit. Lo recibirá en 3 o 4 días.

Es importante que se prepare para el tratamiento de enfriamiento del cuero cabelludo antes de su primera cita. Su enfermero conectará su gorro a la máquina de enfriamiento, pero usted deberá preparar su cabello y colocar su gorro en la cabeza.

Para aprender a prepararse para el tratamiento de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman, mire los videos en el recurso . También puede encontrar estos videos en el sitio web de Paxman en www.coldcap.com.

Después de mirar los videos, practique cómo preparar el cabello y ponerse el gorro. Es posible que necesite ayuda de un cuidador, un amigo o un familiar. También puede que necesite traer a alguien a su cita con usted.

Recuerde traer su gorro y el kit a su cita.

¿Cuánto lleva el enfriamiento del cuero cabelludo durante el tratamiento?

El enfriamiento del cuero cabelludo agregará tiempo antes y después de cada tratamiento de quimioterapia. El tiempo que necesite antes y después de su tratamiento depende del tipo de gorro de enfriamiento que usa y la quimioterapia que reciba. Puede llevar de 20 minutos a 2 horas. Si usa gorros congelados, puede regresar a su hogar con su gorro frío puesto para terminar el enfriamiento.

Luego de terminar cada tratamiento de quimioterapia, es posible que le pidan que complete su enfriamiento en

un área separada fuera de la unidad de infusión de quimioterapia, para que otros pacientes puedan recibir tratamiento durante el día.

Su equipo de atención médica responderá sus preguntas sobre el tiempo del enfriamiento después de los tratamientos.

¿Cuánto cuesta el enfriamiento del cuero cabelludo?

El costo del enfriamiento del cuero cabelludo depende del tipo de sistema de enfriamiento del cuero cabelludo que usa y la cantidad de tratamientos que necesite. La mayoría de las compañías de seguros no cubren el costo del enfriamiento del cuero cabelludo en la actualidad.

Para obtener información sobre el costo de los gorros de enfriamiento, comuníquese con la compañía o visite su sitio web.

Si usa el sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman, Paxman le cobrará directamente a usted por el gorro y los tratamientos. El precio depende de la cantidad de tratamientos que necesite, pero puede ser de hasta \$2,200. Para obtener más información, visite el sitio web de Paxman en www.coldcap.com.

MSK también le cobrará una tarifa cada vez que use las máquinas de enfriamiento. Cuesta alrededor de \$65 por tratamiento y el seguro usualmente no lo cubre.

Si tiene preguntas sobre el costo, llame el departamento de Servicios de cobros del paciente (Patient Billing Services) al [646-227-3378](tel:646-227-3378).

Una organización, “Hair to Stay”, ofrece apoyo financiero para el enfriamiento del cuero cabelludo. Para obtener más información, visite su sitio web en www.hairtostay.org.

Cuidado del cabello y de la cabeza

Las siguientes son sugerencias para cuidar de su cabello y de la cabeza mientras recibe tratamiento. Para obtener más información, lea nuestro recurso *La caída del cabello y el tratamiento contra el cáncer* (<http://140.163.1.151/es/cancer-care/patient-education/hair-loss-cancer-treatment>).

- Lávese el cabello y póngase acondicionador cada 2 a 4 días con un champú sin fragancia y un enjuague cremoso o acondicionador de cabello.
- Siempre enjuague bien el cabello y séquelo dándose palmaditas con una toalla suave.
- 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 mojados con agua.
- Si tiene el cabello largo, tal vez quiera cortárselo antes de comenzar el tratamiento.
- Trate de usar productos para el cabello especialmente diseñados para cubrir zonas calvas y áreas debilitadas de cabello (como Bumble and bumble™ Hair Powder).

No use lo siguiente en el cabello durante su tratamiento. Pueden ser demasiado agresivos o le pueden jalar el cabello.

- Aerosoles, cremas o aceites, tinturas, alisadores, blanqueador o permanentes para el cabello
- Hebillas, broches, horquillas, sujetadores de colas de caballo o bandas

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

Además, no se peine con trenzas ni con cola de caballo.

Pelucas y prendas para cubrir la cabeza

Es posible que quiera usar una peluca o alguna prenda para cubrir la cabeza durante la quimioterapia. Si tiene alguna pregunta o inquietud, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

Pelucas

Si desea usar peluca o un peluquín para el cabello, intente comprarlos antes de que se le caiga el cabello, ya que será más fácil combinar el color del pelo y el peinado. Si ya se le ha caído algo o todo el cabello, traiga una fotografía de su peinado habitual y, si puede, un mechón de cabello a la tienda. Eso le ayudará a encontrar una peluca o un peluquín que se vean igual que su cabello antes de que comenzara el tratamiento.

Si va a comprar una peluca o un peluquín, es probable que quiera ver distintas opciones y comparar precios. La peluca o el peluquín deben quedarle bien, ser cómodos y ser fáciles de cuidar. Es probable que quiera comenzar a usarlos inmediatamente después de que su cabello se debilite. A medida que su cabello se siga debilitando, puede que tenga que ajustar la peluca o el peluquín para que le quede mejor.

Muchas compañías de seguro cubren las pelucas y peluquines cuando la caída del cabello está relacionada con un tratamiento médico. Comuníquese con su compañía de seguro para averiguar qué le ofrece su plan. Si necesita ayuda para encontrar un lugar donde vendan pelucas o peluquines, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

Prendas para cubrir la cabeza

Es posible que las bufandas, los turbantes y los sombreros retengan el cabello que se cae y oculten el cuero cabelludo sin cabello. Las prendas para cubrir la cabeza vienen en diferentes colores, texturas y estilos. Las bufandas hechas de seda a veces se deslizan fácilmente de la cabeza. Tal vez sea mejor comprar una bufanda de mezcla de algodón porque puede ser más cómoda y es menos probable que se salgan o desaten.

Algunas personas deciden no usar ninguna prenda para cubrir la cabeza durante la quimioterapia. Esto depende de usted.

Programa Luzca bien siéntase mejor

Regístrese para obtener una clase virtual gratis de Luzca bien siéntase mejor para aprender sobre pelucas, maquillaje y técnicas de cuidado de la piel. Para inscribirse en una clase en línea, visite <http://lookgoodfeelbetter.org/virtual-workshops>.

Díganos qué piensa

Díganos qué piensa

Sus opiniones nos ayudarán a mejorar la información que brindamos a los pacientes y cuidadores.

Preguntas de la encuesta

Questions **Sí** **En cierto modo** **No**

¿Esta información fue fácil de entender? Sí En cierto modo No

¿Qué podríamos haber explicado mejor?

Enviar

Última actualización

Martes, Noviembre 24, 2020

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

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 pm, durante el fin 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.

Managing Hair Loss with Scalp Cooling During Chemotherapy for Solid Tumors - Last updated on November 24, 2020

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