Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

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

En este documento informativo se explica cómo el enfriamiento del cuero cabelludo (usar un gorro frío) durante la quimioterapia (quimio) 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 provocar la caída del cabello en el cuero cabelludo, las cejas, las pestañas, los brazos, las piernas y el área 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 de:

- El tipo de quimioterapia que recibe.
- La cantidad de quimioterapia que recibe.
- Con qué frecuencia recibe tratamientos de quimioterapia.

Hable con su equipo de atención sobre qué grado de caída del cabello puede esperar.

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

Una vez que termine la quimioterapia, su cabello debería comenzar a crecer nuevamente. Puede llevar de 3 a 5 meses para que su cabello le vuelva a crecer. Es posible que tenga diferente textura, color o volumen. En la mayoría de las personas, el cabello crece tan bien como 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 la quimioterapia.

¿Qué tan bien funciona el enfriamiento del cuero cabelludo? ¿Se me puede caer más cabello?

La cantidad de cabello que queda después del enfriamiento del cuero cabelludo depende de:

- Con cuánto cabello empieza.
- Qué tan saludables están su cabello y cuero cabelludo antes de comenzar el tratamiento.
- El tipo y la dosis del medicamento de quimioterapia que está recibiendo.

Utilice la Guía para la toma de decisiones de Paxman (www.msk.org/pe/paxman-intro-scalp-cooling) para ver cómo el enfriamiento del cuero cabelludo puede ayudarle según el tipo y la dosis de su tratamiento de quimioterapia. Para obtener más información, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

El enfriamiento del cuero cabelludo puede funcionar entre el 10 % y el 100 % de las veces. Esto hace que sea difícil predecir qué tan bien funcionará el enfriamiento del cuero cabelludo para usted. La mayoría de los estudios revelaron que las personas que usan el enfriamiento del cuero cabelludo pierden menos cabello y usan prendas para cubrir la cabeza o pelucas con menos frecuencia que las personas que no usan el enfriamiento del cuero cabelludo.

Incluso con el enfriamiento del cuero cabelludo, es normal perder algo de cabello poco tiempo después de iniciar el tratamiento. A esto se le llama alopecia por quimioterapia o efecto shedding. Es posible que no se trate de una caída del cabello completa. Puede disminuir a medida que siga usando el enfriamiento del cuero cabelludo durante su tratamiento de quimioterapia.

Incluso si utiliza uno de los métodos de enfriamiento del cuero cabelludo, no hay garantía de que no pierda mucho cabello.

¿Es difícil tolerar el enfriamiento del cuero cabelludo?

La mayoría de las personas pueden tolerar el enfriamiento del cuero cabelludo. Aproximadamente del 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.

A algunas personas les preocupa que las células cancerosas se trasladen al cuero cabelludo y crezcan. El enfriamiento del cuero cabelludo no cambia la posibilidad de que esto suceda. Con o sin enfriamiento del cuero cabelludo, la posibilidad es muy pequeña.

¿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 de enfriar el cuero cabelludo:

- Usar gorros de enfriamiento congelados.
- Utilizar una máquina que enfríe el gorro de manera continua.

Gorros de enfriamiento congelados

Hay muchas marcas de gorros de enfriamiento

congelados, como:

- The Chemo Cold Cap™ (www.chemocoldcaps.com)
- Penguin™ cap (www.penguincoldcaps.com)

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

Es importante que su cuero cabelludo se mantenga a la misma temperatura fría antes, durante y después de su tratamiento. Necesitará tener varios gorros congelados para cada tratamiento de quimioterapia para poder cambiarlos a medida que pierdan el frío. Siga las pautas de cada gorro para saber cuántos gorros necesitará y cuánto tiempo debe usar cada uno.

Deberá congelar todos los gorros con anticipación. Llévelos a su cita de quimioterapia en una hielera con hielo seco. También deberá traer a alguna persona para que le ayude a cambiarse el gorro durante su tratamiento. Puede ser un cuidador, un amigo, un familiar o una "persona encargada de cambiar el gorro" capacitada contratada.

Gorro conectado a una máquina de refrigeración

MSK ofrece el 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 le darán el gorro de enfriamiento y un kit en su consulta.

Es importante prepararse para el tratamiento de enfriamiento del cuero cabelludo antes de su primera cita. Deberá preparar su cabello y colocarse el gorro en la cabeza antes de la quimioterapia. Su enfermero conectará el gorro a la máquina de enfriamiento.

Mire los videos en el sitio web de Paxman (www.coldcap.com) para aprender cómo prepararse para su tratamiento de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman.

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 agrega más tiempo antes y después de cada tratamiento de quimioterapia. El tiempo adicional puede ser de entre 20 a 90 minutos. El tiempo exacto depende de su plan de tratamiento y el tipo de gorro de enfriamiento que use.

Después de su tratamiento, es posible que necesite terminar su sesión de enfriamiento en otra área fuera de la unidad de infusión. Esto libera espacio para otras personas que están recibiendo tratamiento. Su equipo de atención le dirá si necesita hacer esto. Depende de su plan de tratamiento y de la ubicación de MSK donde reciba atención. Su equipo de atención responderá cualquier pregunta que tenga sobre los tiempos de enfriamiento y qué puede esperar en su ubicación.

Si usa un gorro de enfriamiento congelado, planifique completar la sesión de enfriamiento en casa después de su tratamiento. Algunos ejemplos de gorros de enfriamiento congelados son Penguin™ Cap y Chemo Cold Cap™.

¿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. Si desea información sobre el costo de los gorros de enfriamiento, puede comunicarse con la compañía o visitar su sitio web.

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

El sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman

La inscripción en el sistema de enfriamiento del cuero cabelludo Paxman cuesta alrededor de $3,785. Esto cubre el costo de la inscripción y del ajuste del gorro. Una vez que tenga su kit de enfriamiento del cuero cabelludo, cada sesión tiene un costo adicional:

- **Tratamiento previo al enfriamiento:** una tarifa plana de $194.
- **Tratamiento posterior al enfriamiento:** el costo varía según la duración de su sesión posenfriamiento. Puede variar entre $68.60 y $203.93. Para obtener más información sobre el tiempo de la sesión posterior al enfriamiento, hable con su equipo de atención.

Estos costos adicionales cubren la preparación del gorro y el uso de las máquinas de enfriamiento. Los precios pueden modificarse. Servicios de Cobros del Paciente

(Patient Billing Services) se comunicará con usted antes de sus citas para obtener el pago si su seguro no cubre el enfriamiento del cuero cabelludo.

No todos los planes de seguro médico cubren el enfriamiento del cuero cabelludo. Nos comunicaremos con su compañía de seguros para averiguar si su plan cubre el enfriamiento del cuero cabelludo antes de comenzar. A esto se le llama autorización previa. También puede comunicarse con Servicios de Cobros del Paciente al 646-227-3378 si tiene preguntas sobre el costo del enfriamiento del cuero cabelludo.

Paxman ofrece un programa de asistencia al paciente (PAP) para ayudar con el costo del enfriamiento del cuero cabelludo. Es posible que pueda inscribirse en el PAP si:

- Su plan de seguro médico no cubre el enfriamiento del cuero cabelludo.
- Su plan de seguro médico solo cubre una pequeña parte del costo del enfriamiento del cuero cabelludo.
- Su ingreso anual está por debajo de cierta cantidad.

Un miembro de Servicios Financieros para Pacientes (Patient Financial Services) de MSK puede comunicarse con usted para ver si puede inscribirse en el PAP. También puede visitar la página web de Facturación y reembolso de

Paxman (www.paxmanscalpcooling.com/access-support/us-access-and-support/us-access-reimbursement) para obtener más información.

Cuidado del cabello y la cabeza

Las siguientes son sugerencias para cuidar del cabello y de la cabeza mientras recibe tratamiento. Para obtener más información, lea *La caída del cabello y el tratamiento contra el cáncer* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/hair-loss-cancer-treatment).

- Lávese el cabello y póngase acondicionador cada 2 a 4 días. Utilice un champú sin fragancia y un enjuague en crema o acondicionador para el cabello.
- Siempre enjuague bien el cabello y séquelo dándose palmaditas con una toalla suave.
- 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 mojados con agua.
- Si tiene el cabello largo, tal vez quiera cortárselo antes de comenzar el tratamiento.
- Pruebe productos para el cabello diseñados para cubrir zonas calvas y áreas debilitadas, 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, blanqueadores, alisadores o permanentes para el cabello.
- Hebillas, broches, horquillas, sujetadores de colas de caballo o bandas.
- Secadores, rizadores, rodillos calientes o planchas para el cabello.
- Gorros 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 aún desee usar una peluca u otra prenda para cubrir el cabello durante la quimioterapia. Si tiene alguna pregunta o inquietud, hable con su proveedor de cuidados de la salud.

Pelucas

Si quiere usar una peluca o un peluquín, intente conseguirlo antes de que se le caiga el cabello. Será más fácil combinar su color de cabello y su peinado.

Si ya ha perdido parte o todo 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 o un peluquín que se parezca a su cabello antes de la quimioterapia.

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

Los pañuelos, los turbantes y los sombreros pueden ayudar a sujetar el cabello que se cae. También pueden ocultar un cuero cabelludo sin cabello. Las prendas para cubrir la

cabeza vienen en una variedad de colores, texturas y estilos. 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 y es menos probable que se desate o se resbale de la cabeza.

Algunas personas optan por no cubrirse la cabeza durante la quimioterapia. Esto depende de usted.

Programa Luzca Bien Siéntase Mejor

Luzca Bien Siéntase Mejor ofrece clases gratuitas en línea para aprender sobre pelucas, maquillaje y técnicas de cuidado de la piel. Visite www.lookgoodfeelbetter.org/virtual-workshops para registrarse.

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