



## Caída del cabello

La caída del cabello es un efecto secundario común de la quimioterapia y de la radioterapia. Estos tratamientos se enfocan en las células del cuerpo que crecen muy rápido, entre ellas, las células cancerosas y las células del cabello.

La caída del cabello puede verse en cualquier parte del organismo. Suele comenzar dos o tres semanas después del primer tratamiento.

La cantidad de cabello que se cae depende del tipo de quimioterapia que reciba y de la cantidad y la localización de la radiación. Algunos tratamientos pueden causar un afinamiento del cabello que solo usted notará, pero otros pueden provocar una caída de cabello total. La quimioterapia genera más caída de cabello en la cabeza y en la zona púbica. La radioterapia provoca la caída del cabello del área donde recibe el tratamiento.

### Qué debe saber sobre la caída del cabello

- Puede sentir el cuero cabelludo más sensible antes de que se le empiece a caer el cabello.
- El cabello debe volver a crecer entre unas cuatro y seis semanas luego de la última dosis de quimioterapia.
  Después de la radioterapia, el cabello puede tardar más de seis semanas en volver a crecer.
- La mayor parte de los métodos que tratan evitar la caída del cabello son dificultosos, caros y no siempre efectivos. No solemos recomendarlos. Hable sobre opciones con su equipo de cuidados.
- Después del tratamiento, el cabello puede volver a crecer con otro color y textura.

# ¿Qué puedo hacer antes de que se me caiga el cabello?

- Ir a una peluquería o tienda de pelucas antes de comenzar el tratamiento. Esto puede ayudarlo a sentirse más preparado para enfrentar la caída de cabello.
- Utilizar un cepillo de cerdas suaves o un peine de dientes anchos.
- Evitar trenzar o tirar del cabello para armar una coleta, ya que puede aumentar la caída del cabello.
- Considere la posibilidad de pedir a sus hijos o seres queridos que le ayuden a cortarse o raparse el pelo.
  Esto puede ayudar a todos a adaptarse al cambio.

### Otras sugerencias útiles

- Tapar la cabeza para protegerla del sol, el viento y el frío.
- Aplicar protector solar en el cuero cabelludo.
- Utilizar una funda de almohada suave y sedosa.
- Evitar tratamientos de cabello o colocarse químicos en el cuero cabelludo.
- Si la caída de las pestañas le provoca irritación en los ojos, hable con su equipo de tratamiento para evaluar la administración de un colirio.
- Compartir lo que piensa y siente con un ser querido o con un grupo de apoyo.

#### Para más información

Solicite a su médico o enfermera una copia de nuestro folleto de <u>Recursos para cubrir la cabeza y pelucas</u> o visite el Centro de Aprendizaje del Cáncer.