

Consejos sobre la pérdida del pelo (alopecia)

(What To Do About Hair Loss—Alopecia)



“Mi doctor me dijo que sólo se me caerá el pelo de la parte de mi cuerpo que reciba radiación.

Para prepararme para este cambio tan grande, me corté el pelo antes de comenzar el tratamiento. Luego me compré unos aretes bien bonitos. Hice todo lo que pude al pasar por esta situación”. —Esperanza

Hable con otras personas.

Perder el pelo podría ser difícil para usted. Hablar con otros pacientes puede ayudarle a lidiar con la pérdida del pelo y con otros cambios durante o después del tratamiento.

- Hable de sus sentimientos con sus seres queridos.
- O considere unirse a un grupo de apoyo para personas con cáncer. Estas personas se reúnen para hablar con otros que están pasando por lo mismo.

La gente que recibe radioterapia pierde el pelo sólo en el área donde recibe la radiación. Empieza a caerse de 2 a 3 semanas después de la primera sesión de radioterapia.

Si está recibiendo radiación en la cabeza, podría perder el pelo en la cabeza.

Aprenda de lo que han hecho otros pacientes:

Antes que se le empiece a caer el pelo, piense en cómo se puede preparar. Los siguientes son ejemplos de lo que otros pacientes con cáncer han hecho:

Carmen: “Yo me cuidé bien el pelo y dejé que se cayera solo”.

- Lávese el pelo con un champú suave. Séquelo suavemente (con toques suaves).
- No use secadores de pelo ni otros productos tales como geles ni ganchos.

Isabel: “Yo me corté el pelo antes de que se cayera”.

- Córtese el pelo bien corto. Así es más fácil lidiar con la caída del pelo.

Información para pacientes que reciben radioterapia: **Consejos sobre la pérdida del pelo (alopecia)**

Carlos: “Yo me afeité la cabeza y me compre una gorra nueva”.

- Use una buena rasuradora eléctrica. Las rasuradoras de plástico le pueden cortar la cabeza.
- Si no tiene una rasuradora eléctrica, vaya al salón de belleza o al barbero.

Ana: “Yo me compré un pañuelo bonito”.

- Si desea el mismo color de pelo que tiene ahora, busque una peluca antes de perder el pelo. También podría probar un estilo o color nuevo. Los días que no quiera usar la peluca puede ponerse un pañuelo o sombrero.
- Su enfermera o trabajador social quizá pueda ayudar a encontrarle una peluca gratis.

Qué hacer después que se le caiga el pelo:

Es importante que usted se proteja el cuero cabelludo. Por eso:

Use un sombrero o pañuelo cuando esté en lugares fríos.

- Cúbrase la cabeza para protegerla del sol.
- Hable con su doctor o enfermera para saber qué lociones o productos usar.

Qué esperar cuando termine el tratamiento:

Es posible que el pelo le vuelva a crecer de 3 a 6 meses después de que el tratamiento termine. Pero si recibió una cantidad muy alta de radiación, en algunos casos el pelo no vuelve a crecer. Hable con su doctor o enfermera para saber qué esperar.

Si usted no habla inglés pida un intérprete.

Otros recursos:

Sociedad Americana del Cáncer (American Cancer Society)

Teléfono (se habla español):

1-800-227-2345 (1-800-ACS-2345)

Internet en español:

www.cancer.org/docroot/ESP/ESP_0.asp
(en inglés: www.cancer.org)

Luzca Bien... Siéntase Mejor
(Look Good...Feel Better)

Teléfono (se habla español):

1-800-395-5665 (1-800-395-LOOK)

Internet en español:

<http://www.lookgoodfeelbetter.org/sp/index.htm>
(en inglés: www.lookgoodfeelbetter.org)

Servicios gratis para obtener más información

**Instituto Nacional del Cáncer
(National Cancer Institute)**

**Servicio de Información sobre el Cáncer
(Cancer Information Service)**

Teléfono (se habla español):
1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER)

TTY (sólo en inglés): 1-800-332-8615

Internet en español: www.cancer.gov/espanol
(en inglés: www.cancer.gov)

Hablar con especialistas por Internet
(sólo en inglés): www.cancer.gov/help



Publicación N° 07-6267 (S) de NIH
Impreso en septiembre de 2007

