



FUNDACIÓN
VALLE DEL LILI

Caída del pelo por **tratamientos oncológicos**

¿Qué es la alopecia?

Es la pérdida parcial o total del pelo, que afecta el cuero cabelludo y otras zonas del cuerpo como cejas, pestañas, vello facial o corporal.

¿Por qué ocurre la caída del pelo?

Ocurre debido a que **los tratamientos atacan células que crecen rápidamente**, como las células cancerosas y los folículos pilosos, donde se forma el pelo.

El tratamiento para el cáncer también puede afectar la alimentación, causando falta de apetito, náuseas, vómito o pérdida de peso.

Estos cambios pueden hacer que el pelo se debilite o caiga. Por eso, es muy importante llevar a cabo un seguimiento continuo con nutrición desde el diagnóstico.

Algunos tratamientos como la **quimioterapia y la radioterapia craneal pueden causar alopecia**, y aunque no todas las personas que los reciben pierden el pelo; los medicamentos más comunes que lo causan son:

- Doxorrubicina
- Ciclofosfamida
- Paclitaxel / Docetaxel
- Ifosfamida
- Etopósido
- Metotrexate
- Carboplatino
- Bleomicina



Es importante preguntar al personal de salud tratante sobre este posible efecto antes de iniciar el tratamiento.

Así mismo, hablar abiertamente sobre la alopecia como un efecto transitorio y buscar ayuda profesional si se necesita.

¿Cuándo ocurre?

Generalmente entre los **7 y 21 días después de iniciar la quimioterapia** y es más evidente entre las 4 a 6 semanas del tratamiento.

¿Qué síntomas aparecen al inicio de la caída del pelo?

- Sensibilidad, dolor o cosquilleo en el cuero cabelludo.
- Caída espontánea del pelo: en la almohada, peine, ropa.
- Caída del pelo en mechones.



Recomendaciones antes del tratamiento:

- Evita productos químicos como tintes, decolorantes, alisados o permanentes.
- Seca el pelo al aire libre y evita el calor excesivo.
- Mantén una buena nutrición para favorecer la salud del cuero cabelludo.
- Considera un corte de pelo corto.
- Si deseas usar peluca: procura escoger una peluca antes del tratamiento.



Consejos para el corte:

- Acude a un experto para evitar tirones o dolor.
- Si decides rasurar por completo, asegúrate de que la máquina esté limpia, cuidada adecuadamente o sea nueva.
- Protege tu cuero cabelludo del sol y del frío.





- **Protege el cuero cabelludo expuesto:** Usa protector solar, sombreros o pañuelos si te expones al sol o estas en clima frío. Si defines usar accesorios recuerda ventilar el cuero cabelludo 6 horas al día.

Durante la quimioterapia:

- **Crioterapia capilar: enfriamiento del cuero cabelludo** usando gorros fríos para reducir la caída. No está disponible en Colombia y no es adecuada para todos los tipos de cáncer (consulta con el médico tratante).
- Utiliza champú suave, sin fragancia ni químicos fuertes. Evita frotar con fuerza.
- **Usa cepillos de cerdas suaves** o peines de dientes anchos.
- **Evita productos como geles, lacas o espumas** que puedan irritar.
- **Sigue una alimentación saludable** y mantente bien hidratado.

- **Hidrata tu cuero cabelludo** con cremas o lociones no irritantes.

Después de la quimioterapia: cuando el pelo vuelve a crecer

- El pelo suele comenzar a recuperarse entre **2 y 3 meses** después de finalizar el tratamiento oncológico.
- El nuevo pelo puede crecer con **diferencias en la textura, el color o la forma.**
- Sigue protegiendo tu cuero cabelludo del sol y el frío.



- Mantén una buena higiene capilar e hidrate el cuero cabelludo.
- **Pregunta por la posibilidad de usar medicamentos.** Estos deben ser usados bajo indicación médica. No son viables para todos los pacientes.
- Terapias como la **bioestimulación capilar, microneedling, mesoterapia capilar con vitaminas y el láser de luces LED de baja potencia** pueden favorecer el crecimiento del pelo. Estas deben ser ordenadas por un especialista en el tema.
- Evita tintes, decoloraciones y permanentes durante 3 meses después de finalizar el tratamiento.



¿Qué pasa con el vello de la cara y el cuerpo?

No todos los pacientes presentan alopecia en todo el cuerpo, esto varía dependiendo de los medicamentos y las dosis a utilizar.

La pérdida del vello suele ser **menos notoria que la del cuero cabelludo**, pero puede afectar la autoimagen y generar **molestias en la piel**.



¿Qué puede suceder?

- **Mayor resequedad, sensibilidad o irritación** en la zona facial.
- **Sensación de frío** o de "rostro desnudo".
- **Aumento de la sudoración o fricción** en zonas como axilas o entrepierna.

Recomendaciones:

(.) (Y) Zona íntima y vello púbico:

- **Mantén una buena higiene genital.** Lava con agua y jabón neutro, evitando duchas vaginales o jabones perfumados.
- **Ventila la zona genital** regularmente. Si sientes sudoración excesiva, cambia la ropa interior con más frecuencia.
- **Usa ropa interior cómoda y transpirable,** preferiblemente de algodón.
- Si hay enrojecimiento, irritación o comezón, consulta con tu médico.

☞ Cejas:

- Utilice maquillaje para dibujar las cejas (delineadores, polvos, tinte en gel).
- Microblading o tatuaje semipermanente, según indicación médica (tanto previo, como posterior al tratamiento).
- Parches o adhesivos de cejas postizas sin irritantes o químicos fuertes.

☞ Pestañas:

- Utiliza delineador para simular pestañas.
- Evita pestañas postizas con pegamento (pueden irritar o infectar).
- Usa gafas para proteger los ojos del polvo, microorganismos y de la luz, idealmente con protección UV.



Importante: las extensiones de pestañas, no se recomiendan para quienes recibieron quimioterapia. **El adhesivo puede irritar la piel y bloquear las pestañas naturales** al crecer.

Recomendaciones para el cuidado:

- **Recorta la barba o bigote progresivamente.**
- Lávate la cara con limpiadores o jabones suaves, sin alcohol ni perfumes. Evita exfoliantes agresivos o jabones fuertes.
- Aféitate con máquinas en buen estado, y con geles de afeitar suaves o sin fragancia para evitar irritaciones.
- **No uses ceras depilatorias o productos químicos para remover el vello,** ya que la piel puede estar más sensible o reactiva.
- **Protege la piel del sol (usa protector solar) y del frío.**
- **Usa ropa cómoda y de tejidos suaves.**
- **Hidrata la piel** regularmente.



Cuando el vello comienza a crecer de nuevo:



- El crecimiento puede demorar entre **2 y 4 meses** después del tratamiento, y a veces cambia en textura, cantidad o color.
- Mantén una rutina de **limpieza e hidratación** para acompañar el proceso.
- Evita teñir, decolorar o aplicar productos fuertes en la zona hasta que la piel esté completamente recuperada.

