National Cancer Institute

# Caída del pelo

*(Available in English, Hair Loss—Alopecia: Managing Chemotherapy Side Effects)*

"Al principio, fue difícil aceptar la caída del pelo. Después me acostumbré y no estaba tan triste. A veces usaba un pañuelo en la cabeza. Otras veces no me tapaba la cabeza". —María Teresa

**Únase a un grupo de apoyo ("support group") para hablar con otras personas a quienes se les haya caído el pelo durante el tratamiento de cáncer. Esto podría ayudarle.**

## Preguntas hechas por otras personas a quienes se les ha caído el pelo:

### ¿Por qué se me caerá el pelo?

La quimioterapia puede dañar las células que producen pelo. Esto significa que el pelo de su cabeza y de cualquier otra parte de su cuerpo podría caerse. La caída del pelo se conoce como "alopecia".

### ¿Cuándo empezará a caerse mi pelo?

El pelo podría comenzar a caerse 2 ó 3 semanas después de haber empezado la quimioterapia.

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

**"Trate su pelo con cuidado".**

Lávese el pelo con un champú suave. Séquelo con toques suaves usando una toalla suave.

**"Córtese el pelo".**

Algunas personas deciden cortarse el pelo lo más corto posible.

**"Rasúrese la cabeza".**

Si se rasura la cabeza, use una rasuradora eléctrica para que no se corte el cuero cabelludo.

**"Consiga una peluca".**

Si piensa comprar una peluca o tupé, hágalo mientras tiene pelo. Así, el color de su pelo le ayudará a escoger la pieza de peluca o tupé.

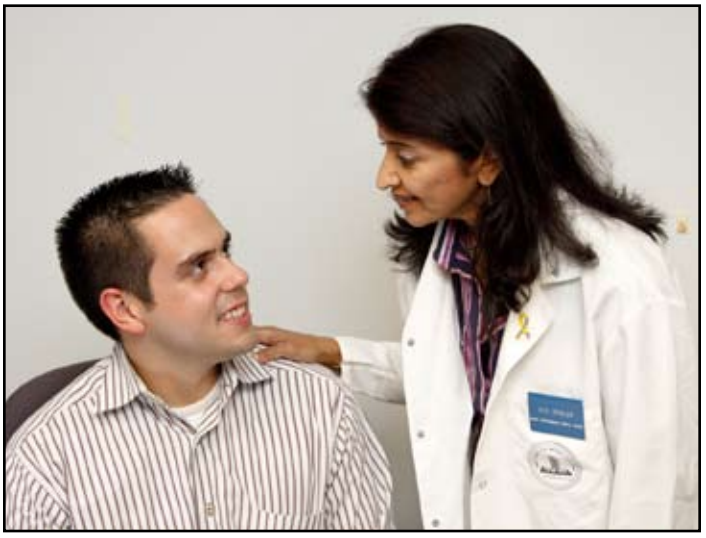
U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
National Institutes of Health

## ¿Qué puedo hacer después que se me caiga el pelo?

- Proteja su cabeza del sol. Use una crema con protector solar (*"sunscreen"*) o use un sombrero cuando salga.
- Proteja su cabeza del frío. Use un sombrero o una pañoleta.
- Cúbrase la cabeza con un pañuelo (mascada) suave cuando duerma.

## ¿Cuándo me volverá a crecer el pelo?

Lo más probable es que su pelo vuelva a crecer 2 ó 3 meses después de terminar la quimioterapia. A veces, el pelo nuevo puede ser más rizado o más lacio. O, podría ser de un color diferente. Con el tiempo, su pelo puede volver a ser como era antes del tratamiento.



## Preguntas para su doctor o enfermera:

▶ **Si usted no habla inglés, pida un intérprete.**

1. ¿Se me caerá el pelo?
2. ¿Cómo debo proteger y cuidar mi cabeza?
3. ¿Dónde puedo conseguir una peluca o un tupé? ¿Cubrirá el costo mi seguro médico?
4. ¿Existen grupos de apoyo que puedan ayudarme a lidiar con la caída del pelo?
5. ¿Cuándo me volverá a crecer el pelo?

NATIONAL CANCER INSTITUTE

**Impreso en agosto del 2010**

**Servicios gratuitos para saber más**

**Instituto Nacional del Cáncer Servicio de Información sobre el Cáncer**

**Teléfono en español :** 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER)

**Por medio de su servicio TRS**

**Internet:** www.cancer.gov/espanol
www.cancer.gov

**Esta hoja:** www.cancer.gov/consejos-quimio/caida-pelo

**Serie completa:** www.cancer.gov/consejos-quimio

F175