

## **Controlando la pérdida de cabello**

**La siguiente información está basada en las experiencias generales de muchos pacientes con cáncer de próstata. Su experiencia podría ser diferente. Si tiene alguna pregunta sobre los servicios de tratamiento para el cáncer de próstata que cubre su seguro médico, por favor póngase en contacto con su proveedor médico o proveedor de seguro médico.**

**Este material educativo ha sido posible por una beca del Departamento de Justicia de California (California Department of Justice, Antitrust Law Section), por un litigio de fondos para beneficiar a californianos que han sido diagnosticados con cáncer de próstata y sus familias.**

**Por favor, tómese la libertad de leer solamente las secciones de este folleto que necesite por el momento. No necesita leer todo ahora. Puede leer el resto después.**

## Índice

¿Qué aprenderé al leer este folleto?.....	4
¿Por qué la quimioterapia puede causar la pérdida del cabello? .....	5
¿Cuándo empezaré a perder mi cabello? .....	6
¿Cuánto cabello voy a perder? .....	7
¿Hay algo que pueda hacer para evitar perder mi cabello? .....	8
¿Cuánto tiempo va a tomar para que mi cabello vuelva a salir? .....	9
¿Qué puedo hacer para controlar la pérdida del cabello? .....	10
¿Qué he aprendido al leer este folleto? .....	12
Palabras claves .....	13

## ¿Qué aprenderé al leer este folleto?

Cuando tiene **quimioterapia** para controlar el cáncer de próstata, es posible que tenga **efectos secundarios** o cambios no deseados en su cuerpo. Los efectos secundarios varían de persona a persona, y pueden ser diferentes de un tratamiento al siguiente. Algunas personas no experimentan efectos secundarios o los tienen muy leves. La buena noticia es que existen formas de controlar la mayoría de los efectos secundarios. En este folleto usted aprenderá sobre:

- Por qué podría perder su cabello
- Cuándo empezará a perder su cabello
- Cuándo volverá a salir su cabello
- Cómo controlar la pérdida del cabello

Es importante aprender a manejar los efectos secundarios que podría tener por la quimioterapia para que pueda seguir haciendo el mayor número de sus actividades normales que sea posible.

Las palabras que aparecen en **negrita** (letras más oscuras) se encuentran en la sección de “Palabras clave” al final del folleto.

## **¿Por qué la quimioterapia puede causar la pérdida del cabello?**

La pérdida del cabello es uno de los efectos secundarios o cambios no deseados en su cuerpo más comunes que pueden suceder cuando tiene quimioterapia para controlar el cáncer de próstata. Esto puede ser muy difícil. Lo importante es recordar que su cabello volverá a salir después de que termine su tratamiento.

La pérdida del cabello ocurre porque las medicinas **anticancer** que toma pueden afectar las células sanas en su cuerpo, incluyendo las células que hacen que su cabello crezca. La cantidad de cabello que pierda dependerá de:

- El tipo de medicina de quimioterapia que tome
- Cuánta medicina de quimioterapia tome
- Cómo se le administre la medicina de quimioterapia

## ¿Cuándo empezaré a perder mi cabello?

La pérdida del cabello empieza alrededor de dos a tres semanas después de que comience su tratamiento de quimioterapia. El cuero cabelludo podría dolerle al principio. Después podría perder su cabello, ya sea poco a poco o en cantidades más grandes. Toma alrededor de una semana para que el cabello se caiga por completo.



## **¿Cuánto cabello voy a perder?**

No hay forma de saber cuánto cabello perderá durante su tratamiento de quimioterapia. Las medicinas de quimioterapia afectan a cada persona de manera distinta. Algunas personas no pierden su cabello. Otras personas se dan cuenta de que pierden poco cabello, y otras personas lo pierden por completo. Perder la cabellera es lo más común. También podría perder el vello facial incluyendo las pestañas, cejas, el vello de los brazos, piernas, axilas y el vello púbico (el área entre las piernas.)

## **¿Hay algo que pueda hacer para evitar perder mi cabello?**

Por el momento, no hay medicinas o tratamientos que puedan evitar la pérdida del cabello durante su tratamiento de quimioterapia.



## **¿Cuánto tiempo va a tomar para que mi cabello vuelva a salir?**

La buena noticia es que su cabello volverá a salir de tres a cuatro meses después de su último tratamiento de quimioterapia. Su cabello podría crecer aún mientras está tomando su medicina de quimioterapia. Algunas personas notan que su cabello sale diferente a como lo tenían. Podría sentirse diferente. Algunas personas que tenían pelo lacio antes de su tratamiento de quimioterapia notan que su cabello es rizado cuando vuelve a salir. Su cabello también podría salir de un color diferente.

## ¿Qué puedo hacer para controlar la pérdida del cabello?

Así como el tratamiento de cada paciente con cáncer es diferente, la forma en la que cada persona responde al tratamiento también es diferente. Mientras que una persona puede perder el cabello, puede ser que otra no. Sin embargo, hay cosas que usted puede hacer para ayudarle a lidiar con este efecto secundario del tratamiento.

- Usar shampoo para cabello delicado.
- No lavarse el cabello todos los días.
- Usar cepillos de cerdas suaves.
- Si usa la secadora de cabello, hágalo en la temperatura mas baja.
- No trate su cabello con químicos, como colorantes o permanentes.
- Si pierde mucho cabello, asegúrese de usar protector solar y de ponerse un sombrero para proteger su cuero cabelludo del sol.
- Si la pérdida de cabello le molesta, trate de ponerse una peluca, un peluquín, un pañuelo o un sombrero. Si planea comprar una peluca o peluquín, hágalo antes de que se le caiga el cabello. El mejor momento para escoger su peluca o peluquín es antes de que empiece su tratamiento de quimioterapia. De esa manera, puede escoger una



peluca o peluquín que se parezca al color y estilo de su cabello.

Asegúrese de elegir una peluca o peluquín que sea cómoda y que no le lastime el cuero cabelludo. Si necesita ayuda para encontrar un lugar en donde pueda conseguir una peluca o peluquín, puede llamar a la Sociedad Americana del Cáncer al 1-800-227-2345 o a la línea de información del Instituto Nacional del Cáncer al 1-800-422-6237 para preguntar sobre recursos en su comunidad. Si prefiere pedir prestada una peluca o peluquín en lugar de comprarla, llame a la Sociedad Americana del Cáncer al 1-800-227-2345 o pregúntele a la trabajadora social en su hospital. El cabello postizo que necesite debido a su tratamiento para el cáncer, es un gasto deducible de impuestos y podría ser cubierto por su seguro médico. Asegúrese de pedirle información a su proveedor de seguro médico.

## **¿Qué he aprendido al leer este folleto?**

En este folleto, usted aprendió sobre:

- Por qué podría perder su cabello
- Cuándo empezará a perder su cabello
- Cuándo volverá a salir su cabello
- Cómo controlar la pérdida del cabello

Si tiene alguna pregunta, por favor hable con su doctor o equipo de cuidado médico. Es importante que entienda lo que está pasando con su tratamiento para cáncer de próstata. Este conocimiento le ayudará a cuidarse mejor y a sentirse con más control para que pueda aprovechar al máximo su tratamiento.

## Palabras Claves

**Anticancer:** medicinas que se utilizan en su tratamiento contra el cáncer.

**Efectos secundarios:** cambios no deseados en su cuerpo causados por el tratamiento para el cáncer de próstata.

**Quimioterapia:** un tratamiento para el cáncer de próstata, con el cual, se trata todo el cuerpo con medicinas anticancer potentes para matar muchas de las células del cáncer de próstata.