

Cuidado capilar

Los hábitos que dañan la salud del pelo

Distintos factores pueden provocar que el cabello se encuentre dañado o que este comience a caer. Para mantener su cuidado hay que reconocer qué tipo de cuidados necesita el pelo, y si las causas de la afección son genéticas o ambientales. **Por: Rodrigo M. Ancamil**



→ La función del cabello es mantener la temperatura en invierno y proteger del sol en verano, sin embargo, desde el inicio de la cultura el pelo tiene un importante impacto social. En algún punto se consideró como parte del alma, un vínculo que se mantenía incluso después de cortarlo, si bien esto ha cambiado con el tiempo, aún influye en cómo se siente una persona.

Un pelo fuerte, sano y brillante es un símbolo de vitalidad, por lo que una persona puede gastar millones a lo largo de su vida para cuidarlo. Sin embargo, el pelo sufre daños que muchas veces no se pueden evitar y que puede generar puntas abiertas, falta de brillo, quiebre y falta de control, caída del pelo, entre otros.

La temperatura puede ser un factor de daño,

Existen tres factores que pueden provocar daños en el cabello, temperatura (exceso de calor en el cuero cabelludo), químico (productos utilizados) y mecánico (forma de lavarlo o la fuerza que se aplique al cepillarlo).

en especial si se utiliza secador o plancha de pelo, pero el especial responsable es el sol. La luz ultravioleta de la exposición solar directa afecta a la cutícula del pelo, provocando pérdida de la capa protectora de retención de humedad. Es por esto que es recomendable que al lavar el cabello la temperatura del agua no este caliente.

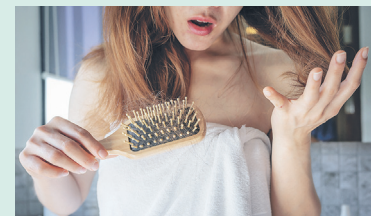
De igual forma, los químicos (como tinturas) que se utilizan en el cabello pueden ser perjudiciales para su cuidado. Un cabello dañado por químicos se ve frágil, quebradizo y pierde el brillo. Para proteger el pelo de este tipo de daños es recomendable utilizar tratamientos que sirvan para restaurar, en especial la primera semana después del proceso químico.

Un tercer factor de daño es el mecánico, y es uno de los más complejos de evitar ya que contempla todas las prácticas cotidianas como el lavar, cepillar o peinar el cabello, y se centra en la cutícula. Muchas veces esto sucede porque en términos generales, no sabemos como lavar correctamente el cabello, dado a que frotar muy fuerte o exponer el cuero cabelludo directo al chorro de la ducha puede provocar daño. De igual forma, cepillar fuerte cuando el pelo está enredado puede provocar daño, por lo que es recomendable utilizar un acondicionador que lo suavice.

SEÑALES DE ALERTA

Las señales que indican la pérdida de cabello se pueden ver reflejadas en nuestra rutina, dejar pelos en la almohada o al momento de lavarlo pueden ser algunos de los primeros indicios de alarma. Si bien la pérdida del cabello suele ser estacional, hay que estar pendiente en caso de que la pérdida sea prolongada y en altas cantidades.

Perder cabello se puede deber a diversos factores como el estrés, embarazo, cambios hormonales, hereditarios, entre otros. Para evitar su avance o recuperar el cabello perdido existen distintos tratamientos cuya aplicación dependerá del diagnóstico recibido. Se puede lograr a través de medicamentos, cirugía de trasplante capilar, vitaminas, tratamientos con láser, entre otros. "El



tratamiento del pelo es como enseñarles a andar en bicicleta a los niños, cuando le sacas las ruedas debes darle un empujón para que padee. El láser y la pasma son el empujón, el pedaleo es la mantención", señala el Dr. Alex Eulufí, director Médico de Clínica Unity Capilar. Estos tratamientos no solo deben estar orientados a recuperar el cabello perdido, sino que a fortalecer el cabello que aún queda para que no se convierta en un problema a futuro.

Revolucionario tratamiento para detener y revertir el adelgazamiento y la caída del cabello

Se trata de un tema tabú entre los chilenos y que afecta a más del 50% de la población, tanto hombres como mujeres.

El adelgazamiento y posterior caída del cabello se ha convertido en uno de los grandes dolores de cabeza de los chilenos. Cabe destacar que la vida del cabello tiene un ciclo fisiológico (natural) que consiste en tres fases: crecimiento, adelgazamiento y caída. Si bien la alopecia (caída de cabello) afecta mayoritariamente a hombres, gran parte de la población femenina presenta adelgazamiento del cabello, generando angustia en ellas, lo que las lleva a consultar a un especialista.

En este sentido, conversamos con el médico referente nacional de patología capilar, Dr. Alex Eulufí Muñoz, Director Médico y fundador de Clínica Unity Capilar, cirujano plástico de la Universidad de Chile, quien nos explica que las causas son multifactoriales. Algunas de estas suelen ser dietas desequilibradas con déficit vitamínicos, especialmente la Vitamina D (vegetarianos sin acompañamiento nutricional), alteraciones de la tiroides,

anemia, cirugías para la obesidad (manga gástrica y/ o bypass) y en la población masculina el factor hereditario juega un rol prácticamente absoluto.

"Cerca del 90% de las mujeres que se han atendido en Clínica Unity presentan adelgazamiento capilar y afortunadamente no caída, algo esperable con el envejecimiento que también puede ser un calvario para muchas", señala el Dr. Eulufí.

Es por esto que, en Clínica Unity se enfocan en ofrecer la mejor y más completa experiencia en tratamientos capilares tanto para hombres y mujeres, personalizado a las distintas manifestaciones clínicas que se puedan presentar. Consta de un equipo médico, Matronas, Enfermeras, y Técnicos todos especialistas en tricología. El objetivo es brindar una atención integral con exclusivos tratamientos de punta y reconocimiento internacional.

"Somos los únicos en Chile que contamos con terapia láser capilar, aprobado por la FDA (ente regulador de EEUU para la administración de alimentos y medicamentos), el cual está disponible tanto en la clínica de Santiago como en La Serena, y prontamente en otras ciudades", señala el especialista. Se refiere al tratamiento láser LLLT (Terapia Láser de Baja Intensidad) cuyo principal objetivo es estimular la actividad mitocondrial del pelo, es decir, incrementan la producción de energía por parte del folículo piloso (pelo). Además, aumentan la actividad vascular en torno del mismo, esto induce el engrosamiento, crecimiento y detención de la caída del cabello, cuyo resultado es visible en el corto plazo. Es importante señalar que se trata toda la cabeza, no sólo las zonas afectadas.

"A modo general, el enfrentamiento terapéutico de la alopecia tiene dos vías que se realizan de manera paralela. Una más bien 'aguda', que consta del uso, por un número determinado de sesiones, del láser antes señalado, asociado a una sesión de Plasma Rico en Plaquetas (PRP). Este último en si no es un tratamiento, pero sí un excelente complemento, ya que mejora aún más la circulación sanguínea del cuero cabelludo, incrementando y acelerando los resultados de la terapia del láser capilar. La denominada fase crónica consta de un tratamiento farmacológico, corrección del déficit vitamínico y hormonal en conjunto con una educación al paciente, parte fundamental del tratamiento capilar.

Principalmente en los hombres puede incluir la indicación médica de un implante capilar con técnica FUE (Extracción Folicular Única), tratamiento realizado por



Implante capilar.



Tratamiento Láser Capilar.

Fotos: Clínica Unity



Antes y después.

el equipo de experto en Clínica Unity.

Existe también la posibilidad de mantener de manera permanente el uso de láser LLLT (jockey), de uso ambulatorio y domiciliario. Este es indicado en pacientes que no quieren usar medicamentos de manera permanente, y especialmente en pacientes bajo los 30-40 años que debido a su carga genética tendrán recaídas.", detalla Alex Eulufí.

En el mercado, gran parte de los pro-

ductos para la caída del cabello no tienen efectos demostrados científicamente. Por eso en Clínica Unity elaboraron una línea de shampoo y acondicionador, formulado por el equipo de médicos especialistas en tratamiento capilar. Esta línea consta de autorización del ISP (Instituto de Salud Pública), y se recomienda su uso diario, el cual pueden encontrar en su Tienda Online, al igual que el láser portátil (jockey).