

Cuando el otoño llega al cuero cabelludo

LA CAÍDA DEL CABELLO O SU DEBILIDAD PUEDEN DEBERSE A MÚLTIPLES CAUSAS: EL ESTRÉS, LOS CAMBIOS HORMONALES COMO MENOPAUSIA O EMBARAZO, CARENCIAS NUTRICIONALES, FÁRMACOS U OTROS CONTAMINANTES, O SIMPLEMENTE FACTORES HEREDITARIOS O DE SEXO.



El cabello está formado por una fibra de queratina, constituida por una raíz (ubicada en un folículo piloso) y un tallo. En el cuero cabelludo humano podemos encontrar entre 90.000 y 150.000 cabellos. El pelo humano no crece de manera indefinida, sino de forma cíclica. En su desarrollo normal presenta tres etapas:

1. La primera y más larga es la anágena o de crecimiento, etapa durante la cual las células de folículo piloso presentan una gran actividad. En este período, el pelo crece alrededor de un centímetro al mes, teniendo una duración variable de entre 2 y 7 años.

2. Le sigue la fase catágena o de transición, que dura unas pocas semanas. El cabello deja de crecer y se separa de la papila. La actividad de las células se detiene.

3. Finalmente, la fase telógena o de caída, período de unos 3 meses en los que no hay actividad de las células y el pelo empieza a caerse, para reiniciar un nuevo ciclo. Por término medio pueden llegar a caerse entre 80 y 100 cabellos al día, que en condiciones normales van siendo sustituidos por otros nuevos.

Clasificación de las alopecias

Debido a que las patologías que pueden producir alopecias son múltiples, es importante establecer una clasificación. En general, se dividen en dos grandes grupos. En las alopecias no cicatriciales el folículo piloso no se destruye, aunque presente otros cambios funcionales. Entre este tipo de alopecias encontramos los siguientes tipos:

- *Alopecia androgénica (o común)*, corresponde al 95% de los casos. Mucho más frecuente en hombres que en mujeres. La raza blanca también es más proclive que la negra. En su aparición intervienen factores genéticos y hormonales.

- *Alopecia traumática*, por tracción, presión o tricotilomanía.

- *Alopecia areata*, es un tipo de caída del cabello que ocasiona parches redondos. Su

etiología no está totalmente establecida, aunque puede tener una base autoinmune y también se relaciona con situaciones de estrés.

- *Alopecia difusa*, consiste en una pérdida de cabello más o menos intensa, aguda o crónica, pero reversible y no localizada en una determinada porción del cuero cabelludo.

- *Alopecia por enfermedades sistémicas*, que pueden ser de origen endocrino o infeccioso. En las alopecias cicatriciales, en cambio, existe un daño físico, una malformación o se ha producido la destrucción de los folículos pilosos. Algunos tipos serían:

- *Alopecia por enfermedades hereditarias* tales como la ictiosis o nevus epidérmico.

- *Alopecia por enfermedades infecciosas*. Pueden ser micóticas, bacterianas, virales o protozoarias.

- *Alopecia por enfermedades neoplásicas*, epiteloma basocelular, linfomas, etc.

- *Alopecia por dermatosis* como el liquen plano o el lupus eritematoso cutáneo.

- *Alopecia por síndromes clínicos* como la folliculitis decalvante o la dermatitis pustulosa erosiva, entre otros.

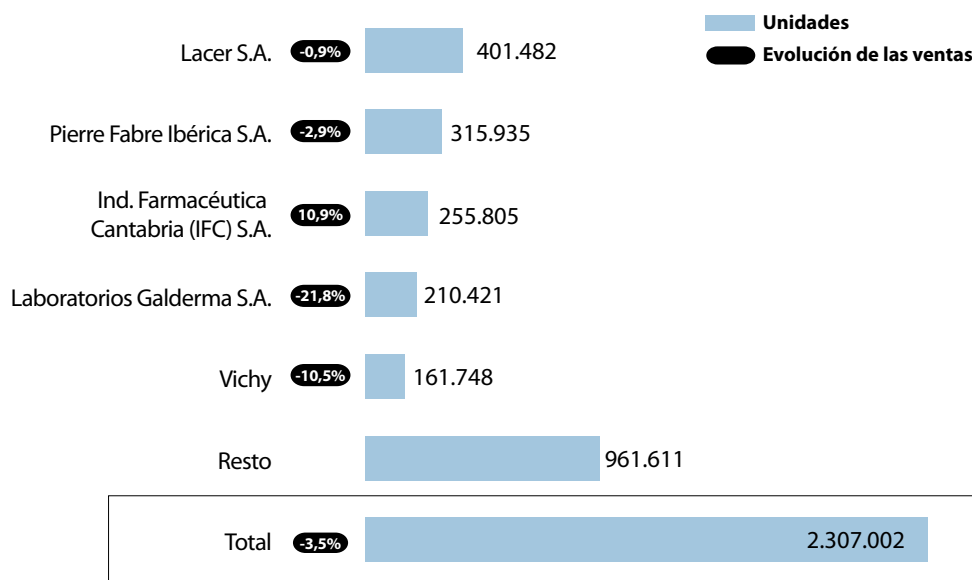
Tratamientos y eficacia

Hoy en día hay innumerables métodos terapéuticos para la alopecia, que ofrecen una diversidad desorientadora de opciones, unas fundadas en ensayos clínicos controlados y otras simples promociones consumistas.

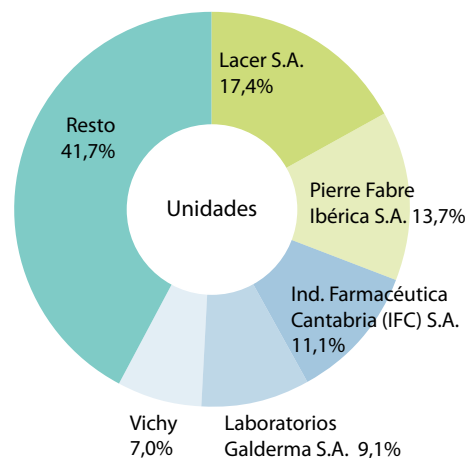
Minoxidil, de aplicación tópica, y finasteride, de uso oral, son dos tratamientos farmacológicos establecidos para la alopecia androgénica (AAG), aprobados por la Administración de Alimentos y Fármacos (Food and Drug Administration, FDA) de los EE.UU. Además, los antagonistas de los receptores andrógenos de acción general, como espirolactona y acetato de ciproterona, pueden ser beneficiosos para las mujeres con AAG. Se están investigando con rigor científico medicamentos más nuevos que han tenido resultados iniciales prometedores, como dutasteride, un inhibidor combinado de la

**LA ALOPECIA
ANDROGÉNICA
CORRESPONDE AL 95%
DE LOS CASOS, Y ES
MUCHO MÁS FRECUENTE
EN HOMBRES QUE EN
MUJERES**

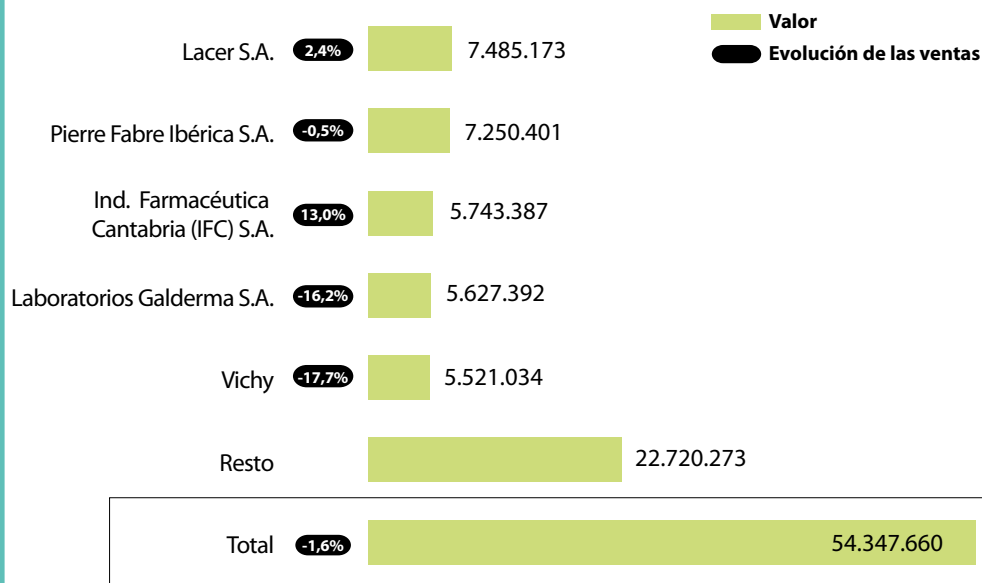
MERCADO CAÍDA DEL CABELLO. Ventas unidades. TAM agosto 2017



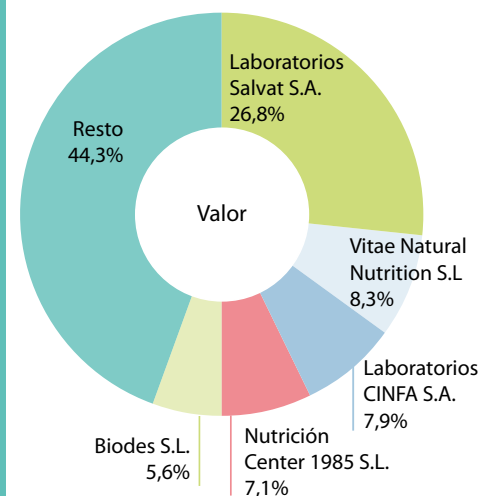
Cuota de mercado.



MERCADO CAÍDA DEL CABELLO. Ventas valor. TAM agosto 2017



Cuota de mercado.



Fuente: HMR. Categorías incluidas: H17.15.6-Anticaída del cabello, H15.9.1-Anticaída del cabello hombre

5-alfa reductasa de tipos I y II, y el factor de crecimiento endotelial vascular (FCEV).

Los tratamientos farmacológicos de eficacia probada para la alopecia androgénica se pueden clasificar en modificadores de la respuesta biológica y bloqueadores andrógenos. Los modificadores de la respuesta biológica controlan el crecimiento folicular mediante diversos mecanismos, por ejemplo, mitógenos, inmunosupresores, vasodilatadores, angiógenos, relacionados con factores de crecimiento y por regulación de la diferenciación celular. Los bloqueadores andrógenos, a su vez, se pueden dividir en inhibidores de la 5-alfa reductasa (finasteride) y antagonistas de los receptores andrógenos.

También minoxidil y finasteride han sido objeto de nuevas pruebas con preparados de concentraciones más altas (minoxidil al 15% y finasteride a dosis de 1,25 mg y por vías de administración no convencionales (aplicación tópica para finasteride). Además de los tratamientos medicamentosos conocidos, existe una enorme variedad de fitoterapias naturales, con base científica menos sólida. También se han probado productos que sirven de medidas complementarias para mejorar la higiene del cuero cabelludo y el cabello, como los champús y la terapia láser para enriquecer la vascularidad local del cuero cabelludo.

Tratamientos alternativos

Además de los dos tratamientos farmacológicos mencionados, existen otras sustancias que resultan útiles para paliar la caída del cabello, como la biotina, el ácido fólico, la vitamina B12 y la cisteína.

La biotina forma parte de muchos preparados para evitar la caída del cabello y fortalecerlo, igual que la cisteína. La biotina se forma parte del grupo de vitaminas B, también denominada B7. La deficiencia de esta vitamina está directamente relacionada con la caída del cabello, por lo que es muy recomendable ante cualquier sospecha de caída exagerada incrementar la en la dieta. Generalmente, las personas que tienen

Tratamientos médicos y quirúrgicos

A continuación describimos los principales que se aplican hoy en día como solución a la caída del cabello:

- **Mesoterapia.** Con esta técnica se inyectan directamente en los folículos pilosos gracias a micro-inyecciones bastante superficiales diferentes activos, como aminoácidos, vitaminas y vasodilatadores. Se inyecta igualmente cortisona, sobre todo en los tratamientos para alopecia areata.

- **Láser de baja frecuencia.** Se trata de una bio-estimulación capilar, para mejorar la regeneración capilar, al activar el crecimiento del cabello. Detiene la caída al estimular el folículo. Igualmente estimula la formación de colágeno del cuero cabelludo, reforzándolo frente a los problemas de grasa y caspa.

- **Ozonoterapia celular.** Mejora la oxigenación celular de los folículos, usando ozono de modo que activa las células, elimina los problemas de micosis y regenera el folículo piloso. Aumenta la oxigenación del cuero cabelludo, estimulando el metabolismo celular de esta zona.

- **Tratamientos con células madre.** Los tratamientos con células madre vegetales se suelen usar vía tópica, aunque también existe el tratamiento con células madre autólogas, en el que se recoge el tejido graso y en cultivo in vitro se multiplican, cuando hay suficientes para asegurar una regeneración capilar. Son inyectadas de modo microscópico en las zonas donde hay pérdida de cabello. Según algunos centros, se trata de una alternativa eficaz al trasplante, aunque todavía no se ha desarrollado demasiado.

- **Implante capilar.** Este tratamiento es el definitivo, ya que se utilizan los folículos de la parte trasera de la cabeza, que nunca se pierden, y se trasplantan uno a uno en las zonas donde se ha perdido el cabello.

una dieta equilibrada no suelen padecer esta carencia de biotina ya que se encuentra en muchos alimentos y es sintetizada igualmente por la flora intestinal. La biotina se encuentra cacahuets, levadura de cerveza, patatas, almendras, nueces legumbres, soja, en los plátanos, la uva y en muchos otros alimentos como cereales avena, trigo o arroz, también en la yema de huevo y en el hígado. Colabora igualmente en el buen desarrollo de las uñas y salud de la piel.

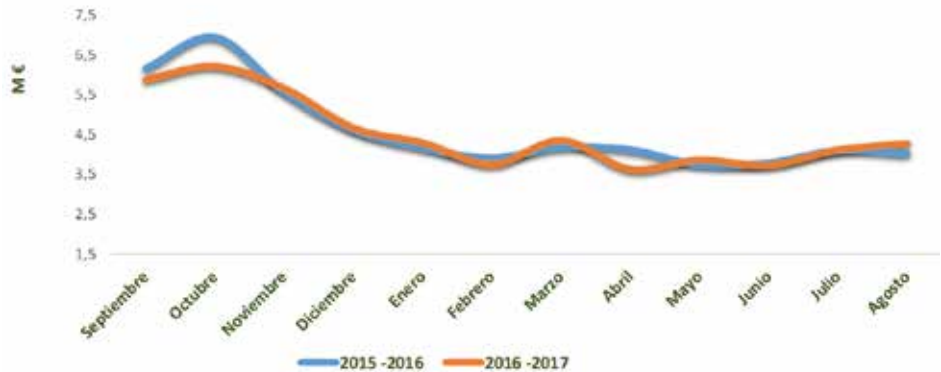
La cisteína es un aminoácido que interviene en la formación del cabello, interviniendo en su crecimiento, por lo que es imprescindible para fortalecer el mismo, y la mayoría de suplementos lo contienen. Este aminoácido promueve la formación de las fibras proteicas que forman el cabello. Se suele encontrar en el pollo, pavo, brócoli, leche y huevos.

Por otro lado, la levadura de cerveza es uno de los remedios más conocidos para la caída del cabello. Se trata del fermento del gluten en la cebada, y es especialmente rico en vitaminas del grupo B, con alto contenido proteico vegetal y mineral, lo que aporta nutrición en la formación de la queratina para uñas, piel y cabello.

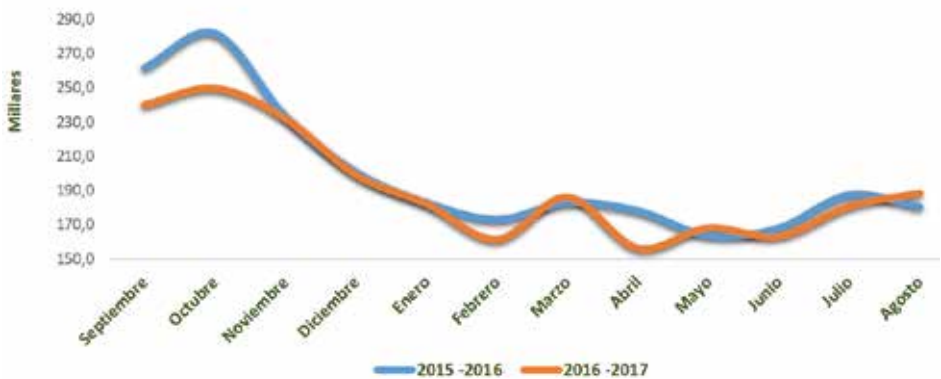


EVOLUCIÓN MERCADO CAÍDA DEL CABELLO.

Unidades.



Valor.

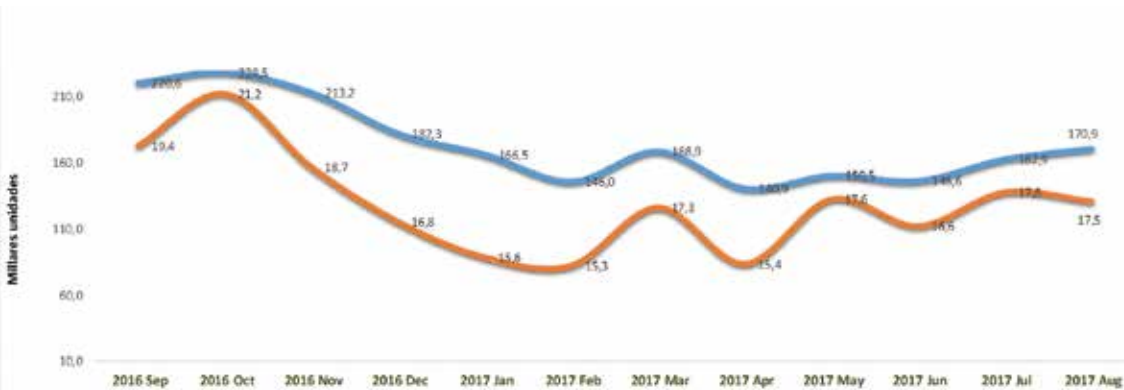


Fuente: HMR.

MINOXIDIL, DE APLICACIÓN TÓPICA, Y FINASTERIDE, DE USO ORAL, SON DOS TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS ESTABLECIDOS PARA LA ALOPECIA ANDROGÉNICA

EVOLUCIÓN TOP 2 SUBMERCADOS DE CAÍDA DEL CABELLO.

Unidades.



Valor.



Fuente: HMR.

El zinc es un oligoelemento que se encuentra involucrado en la mayoría de reacciones metabólicas del organismo, como en la síntesis proteica o en la formación y equilibrio hormonal. El zinc estimula el crecimiento del cabello. Es fundamental en la reparación de tejidos, como la cicatrización y mantiene las glándulas sebáceas en los folículos pilosos. Se encuentra en las ostras y mejillones, en la carne roja, el pollo, yema de huevo, soja y nueces entre otros elementos.

El omega 6 y el ácido linoleico son ácidos grasos poliinsaturados, muy implicados en la formación de las membranas celulares, en la formación hormonal y en estimular el riego sanguíneo del folículo piloso. Algunas de las fuentes más importantes son el aceite de borraja y el de onagra.

Consejo farmacéutico

La preocupación por la pérdida del cabello es importante tanto en hombres como en

mujeres. Muchos clientes se acercan a la farmacia para exponer sus dudas, y requerir consejo profesional. Para poder aconsejarles hay que empezar por conocer a fondo, todos y cada uno de los productos comercializados.

También es primordial establecer las posibles causas de la caída anómala del cabello, para ello, unas sencillas preguntas pondrán sobre la pista del problema. Averiguar por ejemplo cuánto tiempo hace que le practicaron la última analítica de sangre, para conocer si en ella se detectó algún déficit de minerales (como el hierro, cuya deficiencia es causa frecuente de pérdida de cabello), también sus hábitos alimentarios y de vida, los cuidados que procura a su cabello, etc.

Recordar que muchas veces se tienen ideas equivocadas respecto a cómo debe protegerse el cuero cabelludo. Un error muy difundido entre un amplio sector de la población, consiste en hacernos creer que lavar el pelo todos

los días lo debilita y por ello, cae más. No es cierto, un cabello sucio y con grasa se ahoga. Eso sí, el agua no debe ser muy caliente, y el champú suave y adecuado.

A la hora de secarlo, es mejor con toalla o al aire, y si debemos utilizar secador, siempre a temperatura baja. Además, es preferible el uso del peine al del cepillo. Se debe limitar también el uso de gorros y sombreros para conseguir una mejor oxigenación del pelo.

Sobre todo, debemos castigarlo lo menos posible, evitando tintes y productos químicos demasiado agresivos, la utilización de planchas u otros aparatos eléctricos calientes, etc. Las coletas y moños demasiado tirantes también son muy perjudiciales y son causa de importantes alopecias femeninas.

Y evidentemente una vida sana, con una dieta equilibrada, variada y con suficiente hidratación resulta imprescindible. Se evitan así posibles deficiencias nutricionales que pueden afectar la salud capilar. +