

Investigación en tratamientos contra la caída del cabello

LA ALOPECIA ANDRÓGENICA ES EL TIPO MÁS COMÚN DE CALVICIE EN HOMBRES Y MUJERES. ADEMÁS DEL TRASPLANTE DE CABELLO, QUE NO ES POSIBLE EN TODOS LOS CASOS, LOS TRATAMIENTOS MÉDICOS MÁS UTILIZADOS SON LOS FÁRMACOS ANTIANDRÓGENOS (DUTASTERIDA, FINASTERIDA) Y EL FÁRMACO MINOXIDIL.

Es habitual que cuando llega el otoño y la primavera volvamos, una y otra vez, a hablar acerca de la caída del cabello, pero lo cierto es que lo que sucede es que el cabello realmente se regenera, no se cae. Desde la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV), explican que es cierto que el pelo se somete a esta renovación con más frecuencia en determinadas épocas del año. Si bien en el caso de los mamíferos el cambio de pelaje se produce en este periodo para adaptarse a las temperaturas, en el caso de los humanos se ha producido una evolución y el proceso es más estable a lo largo de todo el año.

Androgénica

No obstante, existen una serie de factores que provocan la pérdida de pelo, y que pueden acabar generando alopecia. Entre ellos destaca la herencia genética, el estilo de vida (estrés, malos hábitos nutricionales, cansancio, etc.), el uso de algunos tratamientos farmacológicos o los efectos de algunas enfermedades.

Así pues, al margen de esta sensación de la caída del pelo estacional que suele preocupar a la población general, existe otro problema relacionado que es también motivo de consulta en las farmacias. Es el caso de la alopecia androgénica, también conocida como calvicie común, que afecta hasta a un 45% de los hombres y casi a un 10% de las mujeres. Se trata de una alopecia de base hormonal que consiste en la miniaturización progresiva del folículo piloso que está provocada, en gran parte, por

un aumento en la actividad de DHT (dihidrotestosterona), metabolito activo de la hormona testosterona en el cabello.

Principalmente intervienen dos factores, en primer lugar, el genético. Considerada autosómica dominante de penetrancia variable, recientes estudios la consideran poligénica. Y por otro lado el factor hormonal. La testosterona pasa a su metabolito activo, la 5 α dehidrotestosterona (DHT) por acción de la 5 α reductasa. La acumulación de DHT y la acción de esta, produce paradójicamente en el cuero cabelludo el paso de pelo terminal a velloso. Lo contrario sucede en la pubertad con el pelo sexual, que pasa de velloso a terminal por acción androgénica. Otros factores que también pueden influir son deficiencias proteicas y vitamínicas, el estrés y la fatiga. No hay relación directa con la secreción grasa, aunque esta se influye por andrógenos, el uso de sombrero ni el maltrato del cabello. Recientemente se ha establecido la asociación entre la alopecia androgénica (AGA) y la cardiopatía isquémica, viendo mayor incidencia en pacientes con AGA avanzada antes de los 55 años.

Consejo farmacéutico

Muchos hombres y mujeres a medida que envejecen van perdiendo su densidad capilar de forma prácticamente definitiva por alopecia y, además de acudir a un dermatólogo, también piden consejo a su farmacéutico de confianza.

Que a más de la mitad de la población les preocupa la calvicie es una realidad, y por ello tiene tanto valor la labor del farmacéutico como agente de salud esencial para prevenir la caída del cabello y aconsejar sobre cuidados específicos a los pacientes, que buscan asesoramiento en el profesional sanitario más cercano.

La alopecia no es que el pelo caiga más de lo normal, sino tener menos

pelo de lo normal, por lo que cuando las pérdidas de pelo son muy significativas, es porque se padece algún trastorno y hay que tratarlo rápidamente. La transmisión de un mensaje efectivo en la botica sobre el cuidado del capilar requiere conocer, entre otros factores, el ciclo de vida del cabello, los tipos de alopecia y los tratamientos disponibles para frenar su caída.

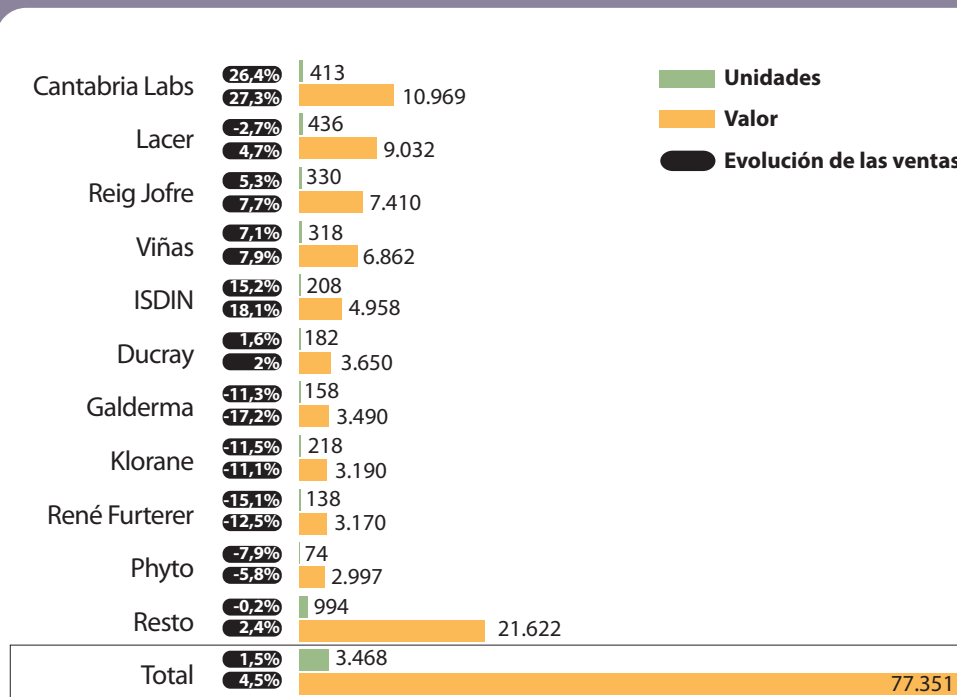
Actualmente, en farmacia, los productos más dispensados en materia de prevención de caída capilar son principalmente los tópicos y los sistémicos, así como complementos nutritivos como aminoácidos, vitaminas u oligoelementos. Hay que dejar claro que, estos últimos, se pueden emplear como coadyuvantes a los tratamientos habituales. Por otro lado, hay que recordar que el cuero cabelludo es una zona donde la piel es extremadamente fina y por lo tanto, es muy sensible. Por ello, necesita también un cuidado específico en el caso de cabezas sin pelo.

Los pasos que no deben faltar para mantener una calva limpia e hidratada son:

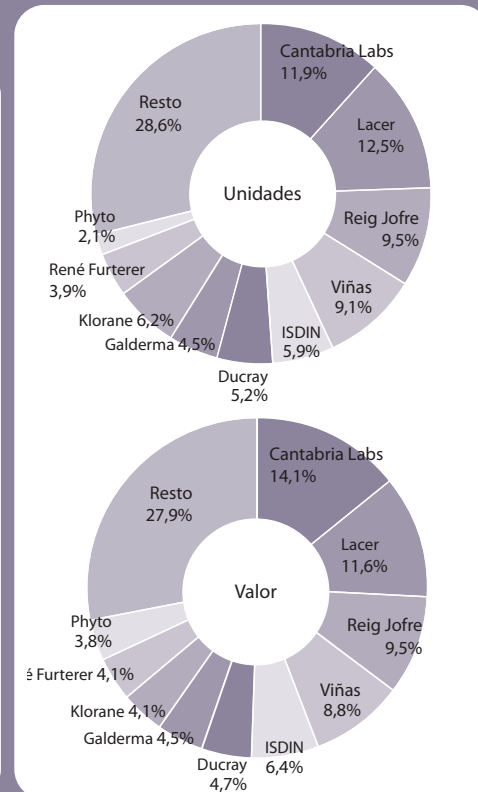
- *Limpieza.* Las glándulas sebáceas no dejan de generar grasa. Por ello, es imprescindible lavar con champú y evitar así que la suciedad se

EXISTEN UNA SERIE DE FACTORES QUE PROVOCAN LA PÉRDIDA DE PELO, Y QUE PUEDEN ACABAR GENERANDO ALOPECIA

MERCADO PRODUCTOS ANTICAÍDA DEL CABELLO (86H2) VENTAS (MAT 08/2021)



Cuota de mercado



Fuente: IQVIA, National Sell Out Monthly, FLEXVIEW. Periodo consultado: MAT 08/21. Mercado estudiado: OTC3 PROD ANTICAIDA DEL CABELLO
Medidas: valores y unidades vendidas en € PUB (precio de venta al público). Elaboración: IM Farmacias

quede en el cuero cabelludo. Sobre todo, no se debe utilizar gel para limpiar la cabeza, ya que la piel del resto del cuerpo es más gruesa y los componentes del gel no son los mismos que los del champú.

- **Hidratación.** Las personas que no tienen pelo conviven con esta zona más expuesta y, por lo tanto, desprotegida. Con una hidratación adecuada se evitará la descamación, tirantez y sequedad del cuero cabelludo. Al mismo tiempo se recomienda el uso de exfoliantes suaves en el cuero cabelludo según necesidad, con el fin de eliminar las impurezas y suavizar la zona. Es recomendable usar una crema no muy grasa, sobre todo las personas que son calvos porque se afeitan. El afeitado es muy agresivo y sería aconsejable hidratarse en los días posteriores.

- **Protección solar.** Debido a la exposición que sufren las calvas, hay que aplicar crema solar durante todo el año y renovarla cada dos horas. Utilizar gorras y protectores similares es conveniente también. El fotoprotector podría ser el mismo que se use para la cara, si reúne las condiciones dermatológicas idóneas para su aplicación en el cuero cabelludo, como las formulaciones oil free, texturas ligeras y no grasas.

Minodixil

Clásicamente, la aplicación de minoxidil se ha realizado tópicamente en forma de líquido. Una de las mayores novedades en los últimos años ha sido su utilización vía oral a dosis bajas, lo cual ha supuesto una auténtica revolución en el tratamiento de la alopecia androgénica masculina y femenina. Sin embargo, una de las mayores preocupaciones era si la administración oral de este fármaco vasodilatador antiguamente utilizado para la hipertensión arterial podría aumentar el riesgo de algunos efectos adversos.

Un estudio internacional, liderado por el Dr. Sergio Vañó, junto a otros investigadores de la Universidad de Alcalá (Dr. Pedro Jaén, Dr. José Luis Zamorano), confirma que el uso de minoxidil oral a dosis bajas (0.25 – 5 mg al día) presenta un buen perfil de seguridad, con un riesgo de efectos adversos sistémicos bajo.

El estudio, que incluyó 1.404 pacientes, describe que tan solo el 1,7% de los pacientes requirió suspender la terapia debido a efectos adversos. El efecto adverso más frecuente fue la hipertricosis (15,1%). Los efectos adversos sistémicos incluyeron mareo (1,7%), retención de líquidos (1,3%), taquicardia (0,9%), dolor de cabeza (0,4%), edema periorbitario (0,3%) e insomnio (0,2%). No se notificó ningún efecto adverso grave. Publicado en *'Journal of the American Academy of Dermatology'*, la revista más prestigiosa de dermatología, el estudio confirma que el tratamiento con minoxidil oral a dosis bajas presenta un buen perfil de seguridad. Esta terapia es una de las mayores novedades terapéuticas en los últimos años, dada su efectividad y mejor adherencia terapéutica que los tratamientos tópicos.

El minoxidil es un vasodilatador arteriolar, utilizado desde los años 80 como tratamiento de la hipertensión arterial (a dosis entre 10-40 mg al día). Se observó que uno de los efectos que producía en los pacientes era un engrosamiento del pelo. Éste fue el origen de las investigaciones del minoxidil de uso tópico, que se viene utilizando como tratamiento efectivo para la alopecia desde hace más de 25 años. La alopecia androgénica provoca la disminución progresiva en la actividad del folículo piloso, que va decreciendo de tamaño hasta

que se produce la atrofia total del bulbo piloso con la consiguiente pérdida del pelo. El minoxidil produce un incremento de una sustancia estimuladora del crecimiento capilar llamada prostaglandina E2, induce que los folículos pilosos prolonguen su fase de crecimiento y acorten su fase de caída y, además, al ser un fármaco vasodilatador, mejora el flujo sanguíneo en los folículos pilosos.

Actualización en tricología

Por noveno año consecutivo, el pasado mes de marzo se celebró el Curso de Actualización en Tricología #TricoHRC del Hospital Universitario Ramón y Cajal. Este año 2021 lo hizo en formato completamente online, dada la situación epidemiológica. Lejos de verlo como una limitación, se aprovechó para abrir el curso a expertos dermatólogos de otros países que en otras ocasiones habían transmitido su interés en poder asistir. El que más de 1.600 dermatólogos se conectaran al curso confirma que el formato fue un éxito.

El curso mantuvo su esencia, abordando temas de actualidad y conociendo de primera mano las opiniones de grandes expertos en tricología, tanto nacionales como internacionales. El objetivo del curso fue proporcionar una visión muy práctica e interactiva de las novedades más relevantes, tanto en el ámbito terapéutico como de diagnóstico. Durante el encuentro, se abordaron las últimas novedades en el diagnóstico y tratamiento de la alopecia. En lo que respecta a la alopecia no cicatricial, se destacó el uso de diferentes tipos de láser, la utilidad del plasma rico en plaquetas, el uso también del minoxidil oral, la toxina botulínica, y también se comentó la relación de la alopecia androgénica e infección por Covid-19.

Por otro lado, sobre las novedades en alopecias cicatrizantes, se abordaron los principales factores de riesgo, la efectividad de diferentes fármacos orales, la relación entre la inflamación y la progresión en la alopecia fibrosante y las nuevas terapias para su tratamiento.

Este año se contó con especialistas no dermatólogos para profundizar en algunos aspectos tricológicos de interés. Uno de los módulos más interesante fue en el que se discutieron algunas de las controversias más relevantes en tricología con diferentes novedades y tratamientos. En esta novena edición del curso de tricología, se contó con expertos internacionales de primer nivel abordando temas tan interesantes como la utilidad del microneedling, relación Covid-19 y alopecia, técnica de toma de fotografías en tricología, teletricología, minoxidil sublingual y la patogenia de la alopecia frontal fibrosante. +

Consejos para cuidar el cabello

- Seguir una alimentación sana y equilibrada que aporte todos los nutrientes que necesita el organismo. Esta debe ser rica en verduras, frutas, pescado, legumbres, frutos secos, carne y aceite de oliva.
- Disminuir el estrés. Para ello puede hacerse uso de plantas medicinales como la valeriana.
- Realizar ejercicio físico. La actividad física moderada libera endorfinas y disminuye el estrés y la ansiedad.
- Usar productos que frenen la caída del cabello; champús, lociones, etc.
- Lavar el pelo con agua templada. El agua caliente deteriora el cabello.
- Evitar siempre que se pueda el secador, y en el caso de utilizarlo, que sea manteniendo una distancia mínima de 30 cm.
- Cepillar el pelo suavemente sin tirones, y evitar hacer coletas de forma habitual ya que aumenta el riesgo de que se quiebre el cabello.