



LA GUÍA DEL PELO DE INHAIRCLINIC

Capítulo 2: Tratamientos para el pelo

Tratamientos para el pelo.....	3
Tratamiento con Keratina y la caída del cabello	3
Tratamiento con Láser para la alopecia.....	5
Minoxidil, todo lo que necesita saber	7
Finasteride como tratamiento para la alopecia: ¿es efectivo?	9
La alopecia areata y sus tratamientos.....	11
Alopecia y células madre. ¿Podremos recuperar el pelo?	13
Nioxin para la caída del cabello	15
Remedios naturales para la alopecia y cómo prepararlos	17
Placenta para el pelo	20
Nuevas soluciones a la alopecia: el gen WNT	22
Masajes capilares	24
Sobre InhairClinic.....	27
Injerto Capilar en Asturias.....	27

Tratamientos para el pelo

En este capítulo te informaremos sobre los diferentes tratamientos que existen en el mercado para frenar la alopecia, así como los métodos tradicionales y otros sobre los campos de investigación que están abiertos, como es el caso de las células madre.

Tratamiento con Keratina y la caída del cabello

¿Es efectivo el tratamiento de Keratina para la caída del cabello?

Uno de los tratamientos más populares contra la caída del cabello es el tratamiento con keratina. Y es por tanto una de las preguntas más recurrentes de nuestros pacientes si este tratamiento es o no efectivo para la caída del cabello.

La respuesta corta es **NO**. Y ahora pasamos a explicarlo.

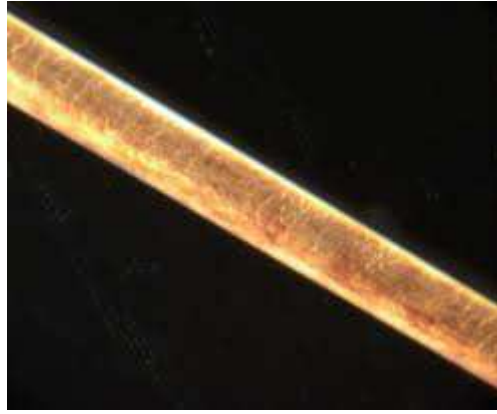
¿Qué es la keratina?

La keratina es una proteína que se encuentra en el pelo así como en las uñas. La keratina del pelo es flexible y la de las uñas está ya muerta y es rígida. Podemos decir que la keratina es eficaz en cuanto **que protege el pelo** para que no se quiebre y mantenerlo más sano.

¿Por qué perdemos keratina?

La pérdida de keratina se produce por escape a través de las roturas de la **cutícula**, (capa externa en forma de escamas de los pelos) hay que decir que la propia cutícula está formada por células compuestas de keratina y las roturas de la cutícula se pueden producir por múltiples factores como por el cepillado del pelo, el sol y el viento, la contaminación, agentes químicos contenidos en los tintes y desrizadores, etc.

Al perder la keratina el pelo se vuelve quebradizo y sin brillo.



¿Evita el tratamiento con keratina la caída del cabello?

En la mayoría de los casos la alopecia (caída del cabello) se debe a un patrón genético donde viene codificada la vida del pelo (alopecia androgenética) y en otros casos a otras causas (alopecia adquirida y congénita). Con un tratamiento de **keratina** lo único que podemos hacer **es alargar y mejorar la vida del pelo pero no evitar que termine su ciclo vital.**

Tipos de tratamiento con Keratina

- **Tratamiento de keratina con formol.** El formol es un compuesto químico muy tóxico que se utiliza en las peluquerías (alisado japonés) para alisar el pelo, por su toxicidad este se debería realizar en sitios muy bien ventilados y con mascarillas. Tenemos que decir que está totalmente contraindicado cuando existe un problema capilar y de alopecia. El problema de usar este tratamiento cuando existe un problema capilar tenemos que subrayar que no es por la keratina, que en cualquier caso es beneficiosa y como hemos explicado anteriormente forma parte del mismo pelo, el problema es por el formol que es un compuesto muy agresivo que puede potenciar el problema que ya tuviéramos.
- **Tratamiento de keratina sin formol.** la keratina ayuda a mejorar el pelo y al no llevar el formol podemos decir que es aconsejable, sabiendo, eso sí, que no solucionará nuestro problema de alopecia, pero retrasará la caída del cabello.
- **Tratamiento de keratina líquida.** El más reciente de los tres, ha salido al mercado como un producto aplicable fácilmente en forma de spray, al ser líquido y sin tener que ir a la peluquería. Normalmente reseca en exceso el pelo y sus efectos no son tan buenos como en el caso del tratamiento de keratina en su presentación tradicional en forma de crema.

Tratamiento con Láser para la alopecia

Actualmente existen en el mercado varios “aparatos láser contra la alopecia”. Lo que empezaron siendo grandes máquinas de uso profesional se están convirtiendo en pequeños aparatos de uso doméstico generalmente con forma de cepillo o de casco que aseguran unos extraordinarios resultados por el módico precio de unos 300 Euros, usando “terapia láser de nivel bajo”.

Lo primero que hay fijarse tanto en un fármaco como en cualquier dispositivo médico o de cualquier otra área es cual es su propósito y en que estudios está basado. Lo cierto es que estos dispositivos láser contra la alopecia no se basan en ningún estudio que podamos calificar de muy riguroso.

¿Está aprobado el uso del láser contra la alopecia?

La FDA ([Food and Drug Administration](#): Agencia de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos) ha certificado que el uso de los aparatos de terapia láser de nivel bajo no es nocivo para la salud, pero no dice que sea efectivo para resolver la alopecia.

¿Cómo actúa el láser contra la alopecia?

Las respuestas que podemos encontrar son vagas del tipo “Aumenta la mitosis celular y activa la síntesis de proteínas”, algunas atrevidas como “Hace crecer nuevos folículos pilosos y refuerza los existentes”, pero ninguna nos da una razón convincente que nos de una pista de cual es el proceso.

La incidencia del láser sobre el cuero cabelludo es posible que produzca un leve efecto vasodilatador y siempre que hay un mayor flujo sanguíneo el estado de las células mejora, lo cuál no quiere decir que se generen nuevos folículos pilosos, pero si que los ya existentes tengan una vida más larga y de mejor calidad.

Para que fuera un tratamiento efectivo tendría que actuar sobre las causas de la alopecia y si estamos hablando de alopecia androgenética estas son los andrógenos y la herencia genética y no vemos como pueda hacerlo.

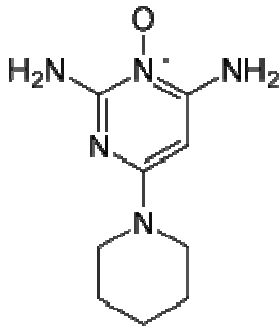
¿Qué ocurre si se utiliza el láser contra la alopecia?

El láser podría ser un complemento para otros tratamientos, como podrían ser los masajes capilares, el problema se produce cuando el paciente cree que puede resolverle la alopecia, lo que en el mejor de los casos creará una sensación subjetiva de mejora y en algunas ocasiones lo que hará será retrasar la solución real y por lo tanto empeorar su estado, ya que la alopecia puede

haberse debido a causas virales o de otro tipo que debían haberse tratado por un médico especialista.

Minoxidil, todo lo que necesita saber

¿Qué es el minoxidil?



El **minoxidil** es un medicamento **vasodilatador** que actúa sobre los músculos de las arterias inhibiendo su contracción y evitando el estrechamiento de sus paredes. Inicialmente se creó para tratar la hipertensión y se vio que los pacientes tratados **experimentaban un crecimiento de vello en el cuero cabelludo** donde habían perdido el pelo, así como en otras partes del cuerpo.

¿Es útil el minoxidil como tratamiento capilar?

El tratamiento con minoxidil puede resultar útil para frenar la caída del cabello e incluso recuperar algo de pelo, pero no es nada milagroso y los resultados no son comparables a los que se pueden alcanzar con un trasplante capilar. Podemos decir que es un buen tratamiento si estamos hablando de una alopecia de nivel II o III según el patrón Norwood-Hamilton. El problema que presenta es que tiene que ser un tratamiento **para siempre** ya que cuando se deja de aplicar el pelo recuperado se vuelve a caer.

Efectos secundarios del minoxidil

Como prácticamente todos los medicamentos y el minoxidil es uno de ellos puede tener efectos secundarios, por lo que antes de su aplicación (por vía tópica) aunque no es imprescindible la receta, sí que lo debería indicar una persona experta, bien un dermatólogo, bien el cirujano capilar, que pueda valorar las contraindicaciones.

Se han descrito efectos secundarios que van desde.

- **Leves:** hinchazón en la cara, la garganta, labios o lengua, ronchas. Y síntomas de reacción alérgica en general.
- **Graves :**
 - Dolor agudo y punzante en el pecho acompañado de tos seca
 - Dolor de pecho que se extiende por el brazo, náuseas, sudoración y malestar general.
 - Dificultad para respirar (especialmente tumbado).
 - Aumento rápido de peso (3 Kg o más).
 - Latidos rápidos y fuertes.

- Dolores de cabeza, problemas con el habla o la visión, confusión general.
- Sarpullido rojo (este es un síntoma muy indicativo).
- Moretones o sangrado fácil.

Si se observa cualquiera de los síntomas descritos, en especial los del apartado grave, se deberá acudir al médico.

¿Para quién está indicado el minoxidil?

El monoxidil está indicado tanto para hombres como para mujeres con [alopecia androgenética](#) moderada, para otros casos de alopecia como la areata este tratamiento no funciona.



Pacientes indicados para el Minoxidil

El minoxidil para las mujeres

Existe un efecto indeseado que a muchas mujeres les hará retraerse de tomar minoxidil y es el posible crecimiento de vello facial. Es por esto que el concentrado que se aplica a las mujeres es de un 3% en lugar del 5% que se usa para los hombres.

Finasteride como tratamiento para la alopecia: ¿es efectivo?

¿Qué es el Finasteride?

El Finasteride es un **medicamento** anti androgénico, esto es, que **inhibe las hormonas sexuales masculinas** que aunque solo se piense en la testosterona, hay otras dos que también lo son, la androstenediona y la androsterona. Para el caso que nos ocupa es a la testosterona a la que seguiremos el comportamiento con la aplicación del Finasteride. La testosterona a pesar de ser una hormona sexual masculina que es segregada por los testículos también está presente en las mujeres siendo segregada por los ovarios (androstenediona), pero los andrógenos también son segregados por la corteza suprarrenal de las glándulas suprarrenales (llamadas así por encontrarse en la parte superior de los riñones) y para los hombres supone apenas un 10% de la producción.

La fórmula química del [Finasteride](#) es N-(1,1-dimetiletil)-3-oxo-4-aza-5a-androst-1-en-17 β -carbo-xamida

¿Cómo actúa el Finasteride contra la alopecia?

Cuando la testosterona interactúa con la enzima **“5 Alfa Reductasa”** se convierte en DHT o dihidrotestosterona que es la responsable de la aceleración de los ciclos vitales de los folículos pilosos, es como si nuestro cabello viviera de forma acelerada, mientras nuestra vida tiene sus expectativas de 80 años (en los países ricos) nuestros cabellos viven como una mariposa, nacen, crecen y mueren en pocos días, hasta que por fin alcanzan el número total de ciclos programados para la desaparición del folículo. El Finasteride evita que la testosterona en contacto con la enzima “5 Alfa Reductasa” produzca el DHT en una proporción estimada de más del 90% de reducción.

Aquí cabe preguntarse por qué hay zonas del cuero cabelludo que no están afectadas por la alopecia. La respuesta es porque en las zonas que están afectadas está presente la enzima “5 Alfa Reductasa”, mientras que en las otras zonas no está presente. Podemos hablar de que **las zonas no afectadas por la alopecia están programadas genéticamente para que el pelo no se caiga**, y es por este motivo por el que da tan buen resultado el trasplante capilar, se toman folículos de zonas en las que el pelo no se caerá.

¿Cuándo se verán los resultados del Finasteride?

El tratamiento empieza a actuar desde el primer momento, **en una semana** la función inhibitora del Finasteride sobre la enzima “5 Alfa Reductasa” ya ha sido

alcanzada. Pero hasta los 3 meses no veremos los primeros resultados, se nota que el pelo no degenera y no se cae. Los resultados son ostensiblemente visibles al año de comenzar con el tratamiento.

El problema está en que si se deja de administrar, el proceso de aceleración de los ciclos vitales de los folículos pilosos, debido a la acción del DHT (que otra vez estará presente) se reiniciará y se volverá a perder el pelo.

Lo que quiere decir que si se opta por este medicamento se debe saber que es de por vida.

Indicaciones del Finasteride

En un principio el Finasteride fue creado para tratar la Hiperplasia Benigna de Próstata y en la actualidad está en pruebas para la prevención del Cáncer de Próstata. En cuando a la alopecia está indicado para hombres que estén empezando a perder el pelo y contener la caída, suele combinarse con el Minoxidil, un vasodilatador que tiene un efecto positivo en la circulación de las células y por tanto mejora la calidad de los folículos. Hay que tener claro que no se va a recuperar de forma apreciable el pelo ya perdido, se mantiene el que aún tenemos.

Efectos secundarios del Finasteride

En un bajo porcentaje de los pacientes pueden existir problemas relacionados con el la actividad sexual:

- Disminución del deseo sexual.
- Disminución de la eyaculación.
- Dolor de testículos.
- Problemas de erección.

Y aunque es más raro también pueden presentarse otros efectos como:

- Dificultad para tragar o respirar.
- Aumento de senos y dolor en los pezones.
- Inflamación de labios y cara.
- Otros.

En cualquiera de los casos arriba indicado se deberá interrumpir el tratamiento y tener en cuenta que es un medicamento y que solo debe ser administrado bajo la supervisión de un médico competente.

Otros tratamientos para la alopecia incluyen el [Minoxidil](#), la [Keratina](#) y otros tratamiento quirúrgicos como la [Técnica FUE](#)

La alopecia areata y sus tratamientos

La **Alopecia Areata** se caracteriza por **presentarse en pequeñas zonas, normalmente círculos más o menos grandes en el cuero cabelludo y en otras partes del cuerpo como la barba y las cejas**. En casos severos la alopecia areata puede extenderse a todo el cuero cabelludo e incluso a todo el cuerpo, lo que llamamos alopecia universal. En muchos casos la parte afecta vuelve a repoblarse de pelos, pero también es frecuente que posteriormente se vuelva a producir la caída del pelo de las mismas zonas. Aunque todavía existen algunas dudas, la opinión de los expertos más generalizada es que se trata de una **enfermedad autoinmune**.

¿Cómo se si tengo alopecia areata?

El diagnóstico deberá realizarlo un dermatólogo o tricólogo que **extraerá unos pocos pelos** para su observación con el microscopio. Es habitual recurrir a una **biopsia** (extracción de una pequeña muestra de piel) para su posterior estudio también bajo el microscopio, frecuentemente por un patólogo. Por último el especialista puede recurrir a un análisis de sangre que revelará si existe una enfermedad autoinmune.

Tratamiento de la alopecia areata

El tratamiento para la alopecia areata no suele ser único, sino combinado, para mejorar por un lado las condiciones del área afectada y por otro contrarrestar al sistema inmunológico.

- **Corticoides.** Destinados a contrarrestar el sistema inmunológico, se pueden aplicar de diferentes maneras. En primer lugar se suele optar por **inyectar en las zonas afectadas** con un intervalo que puede ir desde las 3 a las 6 semanas. Después de un mes aproximadamente de la última inyección es cuando se empieza a apreciar el crecimiento del pelo. También es muy común optar por aplicar el corticoide de forma tópica pudiendo ser en **loción o crema**, esta forma de aplicación se suele usar en los niños y aunque es menos agresiva también es menos efectiva. Por último hay veces que se opta por **píldoras de corticoides**, lo que hará que afecte al sistema inmunológico de una forma más generalizada y tenga mucho mayor número de efectos secundarios.
- **Antralina.** Este derivado del alquitrán se utiliza **en crema de forma tópica**, al igual que los corticoides afecta al sistema inmune. Una vez aplicada se deja actuar entre 20 y 60 minutos, posteriormente habrá que lavar muy bien la zona, ya que puede causar irritación. Sus efectos se dejan notar pasados unos 3 meses.

- **Minoxidil.** La eficacia del [minoxidil](#) para la alopecia areata es discutida, su utilización es como complemento de alguno de los dos anteriores. Al tratarse de un vasodilatador **mejorará el riego de la zona** donde se aplique, de forma que una vez resuelto el problema de fondo que hace que los folículos pilosos estén inhibidos (recordamos que si se trata de una enfermedad autoinmune habrá que evitar que el propio organismo los ataque) optimizará las condiciones para que los pelos vuelvan a crecer. La aplicación del minoxidil (al 5%) se realiza tópicamente dos veces al día y hay estudios que indican que su eficacia aumenta en asociación con el ácido retinoico.
- **PUVA.** Este tratamiento consiste en la aplicación de “psoralenos”, medicamentos fotosensibles, esto es que necesitan de la luz como catalizador para su funcionamiento. Esta luz necesaria se consigue con la exposición a rayos ultravioleta “UVA”. Tomar el sol también tiene efectos positivos. Al igual que el minoxidil, el [PUVA](#) se usa como complemento de otros tratamientos que corrijan el sistema autoinmune.
- **Difenciprona (FPD).** Este medicamento produce una alergia controlada en la zona tratada, se suele utilizar para los casos severos de alopecia areata.

Posibles causas de la alopecia areata

Parece ser que existen **factores hereditarios** que pueden propiciar la enfermedad. Aproximadamente un 20% de los pacientes con alopecia areata tiene parientes que la han sufrido. Por otra parte el porcentaje de pacientes con alopecia areata aumenta si consideramos el conjunto de **enfermedades autoinmunes** como artritis reumatoide, asma, diabetes juvenil, etc. padecidas por sus parientes. Aparte del problema estético que representa, la alopecia areata no impide el desarrollo normal de cualquier actividad. Aunque se ha asociado a episodios de estrés, según cada vez más estudios esto parece no ser cierto.

Alopecia y células madre. ¿Podremos recuperar el pelo?

La alopecia y las células madre es uno más de los campos de investigación que se llevan a cabo en la actualidad. El sueño de conseguir generar folículos pilosos y poblar de pelos las ahora brillantes cabezas parece que se va acercando día a día.

Investigación sobre células madre como solución a la alopecia

Existen varios equipos de diferentes universidades siguiendo **diversas líneas de investigación**, entre ellos se encuentra Escuela de Medicina de Perelman en la Universidad de Pensilvania, que ha descrito un procedimiento por el cual consiguieron convertir células adultas epiteliales (de la piel o fibroblastos dérmicos) en “células madres pluripotenciales” inducidas, mediante a la adición de tres genes. Pero ¿que quiere decir esto? Esto quiere decir que **unas células (madre) se pueden convertir en otras, por ejemplo las células que conforman los folículos pilosos.**

Esta investigación dirigida por el doctor Dr. Xiaowei se encuentra en un estado en el que **las células epiteliales humanas modificadas se han implantado en ratones y ha sido en estos donde se ha observado el crecimiento de los folículos**, pero en los experimentos realizados en humanos no se ha conseguido que el número de células madre capaces de convertirse las células de la papila dérmica fuera del cuerpo humano, sea suficiente para producir el folículo piloso. Bueno es un primer paso, pero muy esperanzador.

En palabras del doctor Xu “**Cuando una persona pierde el pelo se pierden dos tipos de células. Hemos resuelto un problema importante, el componente epitelial del folículo piloso. Tenemos que encontrar una manera de hacer también nuevas células de las papilas dérmicas**”. A finales de 2013, “Medical News Today” informó de un estudio en el que científicos habían conseguido que crecieran pelos humanos a partir de células de papilas dérmicas sacadas de folículos pilosos donantes.

Alopecia y células madre – ¿Qué son las células madre?

En los primeros estadios de la vida las células que componen los cuerpos no se diferencian unas de otras y poco a poco, por mitosis (división de las células) se van diferenciando y convirtiéndose en los tejidos y órganos que posteriormente conformarán los cuerpos. **Cuando hablamos de células madre pluripotenciales nos estamos refiriendo a aquellas que no pueden**

generar un organismo completo, pero si que pueden dar lugar a cualquier tipo de célula embrionaria endodérmica, ectodérmica y mesodérmica.

Alopecia y células madre – Legalmente

La agencia española del medicamento todavía no ha aprobado la utilización de células madre para la regeneración de los folículos pilosos, así como para la regeneración cutánea en general.

Nioxin para la caída del cabello

Hace ya más de dos décadas que se viene usando **Nioxin** para la alopecia, recomendado en peluquerías, pero casi ignorado por los [tricólogos](#), no se trata de un solo producto, sino de una línea de productos que según el fabricante han de ser usados de forma conjunta.

¿Funciona realmente Nioxin para la alopecia?

Como ya hemos comentado varias veces desde nuestro blog, la [alopecia androgenética](#) es debida a la presencia de la enzima 5 alfa reductasa que provoca que la testosterona se transforme en DHT (dihidrotestosterona) y esta acelera los ciclos de vida de los folículos pilosos llevándolos a su muerte prematura, por tanto para que un producto sea eficaz debería combatir la presencia de esta enzima o bien directamente el DHT.

Lo que nos propone el fabricante de [Nioxin](#) (Procter & Gamble) es:

- **Eliminar el exceso de sebo:** El DHT se encuentra en gran medida en el sebo de los folículos pilosos, de forma que si eliminamos el sebo eliminaremos el DHT. Pero esto es lo que hacen muchos champús, que con su efecto detergente quitan el exceso de grasa. Tener un pelo limpio siempre es bueno pero no vemos que esto sea realmente una solución para la alopecia androgenética.
- **Aporte de ortiga y extracto de palma enana:** Supuestamente tanto la **ortiga como el extracto de palma enana actúan como inhibidores de la enzima 5 alfa reductasa**. Los estudios realizados hasta la fecha lo que revelan es que los efectos como inhibidores de la enzima 5 alfa reductasa por parte de la ortiga y la palma enana americana son bastante débiles y por supuestos no son comparables a los que se consiguen con el finasteride. Es cierto que se evitarán los efectos secundarios del [finasteride](#) (pérdida de libido) pero no se logrará eliminar de forma eficaz la enzima 5 alfa reductasa.

Nioxin para aumentar el grosor del pelo

Si dejamos a un lado la eficacia de Nioxin para la caída del cabello, este producto **aporta vitaminas del grupo B**, como la vitamina B6 que es fundamental para la producción de hemoglobina, que hará que el pelo esté bien oxigenado. Vitamina B5 (ácido pantoténico) esencial para que se metabolicen los nutrientes del cabello, un aporte necesario para tener el pelo sano. Ácido fólico o vitamina B9, necesario para la regeneración de los tejidos, también del pelo.

Por otra parte también tiene **aportes de proteínas**, no hay que olvidar que el pelo está hecho en su mayoría de [keratina](#), que es una proteína. Con esto lo que se consigue es tener un pelo más fuerte y menos quebradizo, o como dice el fabricante de Nioxin: aumenta su grosor.

Así pues podemos decir en resumen que Nioxin no va resultar eficaz para frenar la caída del cabello pero sí que puede ser un producto que mantenga el pelo más sano y por tanto con un mejor aspecto.

Remedios naturales para la alopecia y cómo prepararlos

Encontrar remedios naturales para la [alopecia](#) ha sido una constante a lo largo de la historia casi comparable a encontrar la piedra filosofal, aquella que convertiría en oro todo lo que tocara o aquel compuesto que con los ingredientes adecuados daría con la fórmula del preciado metal.

La búsqueda no se basaba en métodos científicos sino en métodos empíricos de prueba – error y a veces se encontraban efectos positivos que parecían haber dado con el camino correcto y es que aunque no se haya dado con la piedra filosofal del crece-pelos sí que es verdad que hay factores que ayudan a tener un pelo sano.

Remedio natural de aloe vera para la alopecia

El **aloe vera**, hidrata el cuero cabelludo y el pelo y tiene **propiedades antiinflamatorias y cicatrizantes**, por lo que será bueno para cabellos secos y encrespados. Hay infinidad de champús y cremas hechas a base de aloe vera, pero si se quiere ser lo más natural y se dispone de la planta, uno mismo puede hacer un **preparado**.

Preparado: obtener la **savia del aloe vera**, **haciendo cortes de sus hojas y diluyéndolo posteriormente en agua**, luego se aplicará en la cabeza masajeándola bien, posteriormente se deja actuar durante 10 minutos y se aclara con agua tibia.

Remedio natural de romero para la alopecia

Un clásico de los remedios caseros para la alopecia, su uso se remonta a los griegos y romanos de la antigüedad, que consideraban al romero como una planta sagrada. Es un **antiséptico natural**, tiene vitaminas **A, B2, B6, C** y minerales como el **magnesio, hierro, calcio, zinc y otros antioxidantes**. Estimula la circulación de la sangre, favoreciendo el crecimiento del pelo, también se ha utilizado para las canas por su **propiedades como oscurecedor de cabello**.

Preparado: si se dispone de **aceite esencial de romero se mezclará con la ayuda de una licuadora o batidora con aceite jojoba** a partes iguales y se aplicará de forma tópica. También podemos hacer **cocimientos de ramitas de romero para obtener su esencia y mezclarlo con aceite de oliva**. Las variaciones son muchas, siendo una de las más tradicionales aparte de mezclarlo con el aceite de jojoba, el aceite de lavanda.

Remedio natural de cebolla para la alopecia

Hay estudios que demuestran que es útil para la [alopecia areata](#), esto es debido a su poder **antibacteriano**, este poder también lo tienen el limón y el ajo. La cebolla se puede aplicar directamente sobre el cuero cabelludo o hacer una **poción con su jugo**.

Preparado: con $\frac{1}{4}$ de taza de jugo de cebolla será suficiente, a la que se suele añadir y debe ser por el olor una cucharadita de miel que por otra parte suaviza.

Remedio natural de ortiga para la alopecia

Utilizada para **combatir la caspa y la grasa y la debilidad del cabello**. Tiene una gran variedad de vitaminas del grupo **B: B1, B5, B12** así como otras vitaminas: A, D y E, minerales como el azufre, potasio y magnesio y ácidos orgánicos (gálico, fórmico, ascórbico, etc.). Es otro de los clásicos remedios naturales para la alopecia por su efecto sobre la circulación sanguínea.

Hay también muchos preparados comerciales con **extractos de ortigas en forma de ampollas, champús y lociones capilares**.

Preparado: poner unas hojas secas de ortiga en un recipiente, añade un cuarto de litro de agua hirviendo, tapa el recipiente y déjalo reposar durante 20 minutos, lo cueles y al té resultante le añades una cucharadita de miel. Dos o tres veces a la semana te masajeas con esta loción y tendrás un pelo más sano.

Remedio natural de alfalfa para la alopecia

Contiene **minerales** como el zinc imprescindibles para tener un buen pelo y también **vitaminas C, ácido fólico, ácido pantoteico y biotina entre otros**. No se puede decir que no aporte elementos interesantes.

Preparado: consiste en licuar un manojo de brotes de alfalfa tomados junto con dos zanahorias y una hoja grande de lechuga. Te puedes tomar este zumo o también ingerir unos comprimidos de alfalfa que venden en los herbolarios.

Vale no hemos encontrado la fórmula crece-pelos pero es cierto que todos estos preparados aportan nutrientes que benefician al cabello. Lo que no hay que perder de vista es cuál es el motivo del mayor número de alopecias, que como ya saben los seguidores de este blog, es la presencia por motivos genéticos de una enzima, la 5 alfa reductasa que provoca la aceleración de los ciclos vitales del pelo y su muerte prematura. Y de momento solo se ha conseguido un preparado de laboratorio que ataca a esta enzima

(el [finasteride](#)) y que es efectivo mientras se está tomando, más allá de este queda la solución del trasplante capilar de folículos desde las zonas no afectadas por la alopecia.

Placenta para el pelo

Los productos a base de placenta para el pelo se encuentran entre los muchos que nos podemos encontrar que prometen hacer maravillas, hidratar y nutrir, proteger el cabello contra el encrespamiento y la rotura. Pero también nos dicen que disminuyen la caída de los cabellos y favorecen el crecimiento de unos nuevos. ¿Qué hay de verdad en todo esto?



¿La placenta
es buena para el pelo?

Creencias sobre la placenta

La placenta es un órgano que tienen los mamíferos placentarios que sirve para que el feto pueda nutrirse, respirar y evacuar los residuos, entre otras funciones, durante su desarrollo. En torno a la placenta han surgido infinidad de mitos, rituales y expectativas que han ido incrementándose en los últimos años probablemente por la investigación con células madre procedentes de la misma.

- **La placentofagia.**- No sabemos cuándo empezó esta moda de comerse la placenta, lo que es cierto es que la Iglesia de la Cienciología ayudó en gran medida a su difusión. En especial uno de sus miembros más destacados: Tom Cruise, quién dijo en su momento que se comería la placenta de su hija, aunque más tarde lo desmintió, comentando que se trataba de una broma. En Estados Unidos se ha creado una comunidad llamada la “Placenta Party” que incluso han publicado por Internet algunas [recetas culinarias](#) para comerse la placenta. Los supuestos beneficios de comerse la placenta inmediatamente tras el parto residen en su **vitamina K**, esta vitamina llamada **anticoagulante** evitará que la madre sufra hemorragias. Los otros grandes beneficios vienen dados por las hormonas que contiene, que teóricamente estimulan la lactancia, previenen la depresión y disminuyen los dolores posparto. En un reciente informe de la Universidad de Northwestern (EE.UU.) sobre los

beneficios de comerse la placenta tras el parto, se negaba que existiera ninguna base científica que los apoyara y que todas las publicaciones estudiadas a este respecto solo se basaban en afirmaciones subjetivas de mujeres que habían percibido estos beneficios. **La razón por la que los animales que se comen la placenta de sus crías parece demostrado que es para no dar pistas a los posibles depredadores.**

- **Enterrar la placenta y plantar un árbol sobre ella.**- Esta práctica procedente de zonas de Alemania y Francia se basa en la creencia de que parte del alma del bebe se encuentra en la placenta, así cuando crezca el árbol, que deberá estar cerca de la casa, proporcionará inteligencia y belleza a la persona. Son muchas las culturas que atribuyen propiedades mágicas a la placenta, desde China y Nepal pasando por el antiguo Egipto, Yemen y muchos más. En ellas es común ese alma que reside en la placenta, que puede ser de un hermano gemelo o parte del propio bebé y con la que hay que hacer algo que puede ser colgarla del techo o llevarla a un sitio especial como amuleto protector.

Productos con placenta para el pelo

- Hay **champús** a base de placenta para el pelo, supuestamente las **proteínas** de la placenta envolverán los cabellos haciéndolos más brillantes, regulando la caspa y evitando que se quiebren. Pero **no hay ningún estudio científico que lo respalde**, por supuesto lo de que previene la caída del cabello no tiene base científica que veamos.
- Las **ampollas** que contienen placenta para el pelo es quizás lo que más aceptación tiene, tal vez por aquello de que la esencia está en frascos pequeños. Con ellas el efecto es más inmediato, según nos dicen.

El tipo de placenta utilizado es el de oveja, que indican que es mucho más efectivo que el de vaca, en ningún caso se trata de placenta humana como os podéis imaginar.

Los productos a base de placenta es verdad que contienen proteínas y ayudarán a tener un pelo sano, pero en ningún caso servirán para recuperar el pelo perdido por la alopecia androgenética.

Nuevas soluciones a la alopecia: el gen WNT

La investigación del gen WNT para la alopecia sigue su curso, el pasado mes de octubre publicamos un post con el que apuntábamos los avances sobre la solución de la alopecia mediante el uso de [células madre](#), ahora queremos centrarnos en uno de los [genes](#) sobre los que se están realizando pruebas y que puede ser clave para un futuro no sabemos cuán lejano para la solución de la alopecia.



Nuevas soluciones a la alopecia: el gen WNT

De momento sabemos dos cosas sobre el gen WNT, que lo vincula directamente a convertirse en una solución para la alopecia:

- **Curación de las heridas.**- Se ha demostrado en los experimentos realizados que la presencia del gen WNT favorece la curación de las heridas. Cuando una herida se produce este gen se activa y actúa como catalizador en las células madre para su especialización en el tejido dañado.
- **Producción de folículos pilosos.**- Al mismo tiempo que se observaba el proceso de especialización de las células madre, se observó la producción de nuevos folículos pilosos. Para reforzar esta comprobación los científicos bloquearon la actividad del gen WNT obteniendo como resultado la detención del crecimiento del pelo. En repetidos experimentos se aumentó en diferentes grados esta actividad, aumentando la producción de pelo acorde con el grado de actividad.

De esta forma un tanto sorprendente se ve que la secuencia es que al producirse una herida se activa el gen WNT y el gen WNT activa la producción de folículos. Pero todavía quedan muchas pruebas que hacer y de momento es

solo una promesa de futuro para la recuperación del pelo de millones de personas.

El gen WNT para la alopecia y el gen APCDD1

Otro de los genes implicados en la alopecia es el llamado **APCDD1**, este gen que fue identificado por investigadores de universidades de Rockefeller, Colombia y Stanford, parece ser el responsable de la miniaturización progresiva del pelo y su posterior pérdida. **El estudio se llevó a cabo con familias** de Pakistán e Italia las cuales padecían un **trastorno hereditario llamado hipotricosis**, el cual hace que se pierda el pelo desde la infancia. Todos los miembros de estas familias poseían el gen APCDD1 en un área específica del cromosoma 18, este hecho unido al hallazgo del mismo gen en personas que sufren de alopecia areata y androgenética parece dar con otra de las claves de la calvicie. En la investigación se demuestra como el gen APCDD1 actúa inhibiendo al gen WNT que como hemos visto es un señalizador del crecimiento del pelo.

La ingeniería genética y la alopecia

El hallazgo de estos genes supone el encontrar algunas de las piezas del puzzle, pero existen otras piezas que aún no se han descubierto y que son también parte del proceso de la alopecia, por eso hay que ser muy cautos y no echar las campanas al vuelo, todavía queda mucho camino por recorrer. La ingeniería genética puede ir respondiendo poco a poco cuestiones y luego habrá que encontrar los mecanismos para corregir los problemas.

Masajes capilares

Existe la creencia de que con los masajes capilares ayudamos al crecimiento del pelo o incluso a recuperar el pelo perdido, pero ¿qué hay de cierto en esto?



Masajes Capilares

¿Qué efectos se consiguen con los masajes capilares?

Más que de masajes capilares deberíamos hablar de **masajes del cuero cabelludo**, pues es ahí donde se dirige el esfuerzo. Cuando se realiza el masaje el principal efecto que se consigue es la **reactivación de la circulación sanguínea** y como efecto secundario puede hacer que parte del sebo y las impurezas depositadas tanto en el cuero cabelludo como en los folículos pilosos sean removidos y por tanto también podemos hablar de un efecto higienizante. Qué duda cabe que un buen masaje en la cabeza puede ser algo muy relajante y que solo por eso ya merece la pena.

¿Cómo se realizan los masajes capilares?

- **Masajes capilares con las yemas de los dedos**
Las principales herramientas con la que se realiza un masaje capilar son las yemas de los dedos, con los que se efectúa una **ligera presión sobre la cabeza**, realizando movimientos circulares pero yendo a favor del pelo, es decir comenzando desde la nuca hasta la frente y por los laterales, alcanzando todas las áreas del cuero cabelludo, incluidas las sienes y si se quiere también la frente. Otro tipo de masaje con las yemas de los dedos se realiza posando las yemas a ambos lados de la cabeza y sin que estos se desplacen mover la cabeza a un lado y a otro. Luego se irán cambiando de sitio y repitiendo los movimientos.

- **Masajes capilares con las palmas de las manos**
Para completar el masaje se suele extender **una palma de la mano sobre la parte superior de la cabeza mientras que con la otra se va haciendo una ligera presión**, mientras que la palma de abajo se contrae ligeramente realizando un efecto de pequeños bombeos. Luego se va variando la posición de las palmas para alcanzar todo el cuero cabelludo.
- **Masajes capilares con los nudillos**
Hay masajistas que también utilizan los nudillos, con los que efectúan los **movimientos circulares en la cabeza**, con estos la presión es un poco superior y supuestamente alcanza a vasos sanguíneos más profundos.
- **Masajes capilares con los puños**
Otra técnica es la de dar **pequeños golpecitos** con el puño cerrado (mejor si este tipo de masaje lo da un amigo).
- **Masajes capilares con agua**
Tampoco podemos olvidarnos del **hidromasaje** que ciertamente es muy relajante tanto en la cabeza como en el resto del cuerpo.
- **Aparatos para masajes capilares**
Podemos encontrarlos en todos los mercadillos, tienen forma como de araña con las patas de madera acabadas en una bola o bien finas y de metal. Con estos no hace falta la presencia del masajista ya que es uno mismo quien se masajea. Hace algunos años apareció una especie de casco que se ponía en la cabeza y la agitaba sin piedad, supuestamente con esto se “impedía la caída del pelo y favorecía su crecimiento”, evidentemente el aparato fue un rotundo fracaso, pero dejo aquí un anuncio sobre el mismo que me parece bastante gracioso: [Masajeador capilar Hansen](#). Hay por supuesto muchos más aparatos electrónicos en el mercado que básicamente funcionan con movimientos circulares de sus patas más o menos grandes que emulan las yemas de los dedos, como el “[Masajeador capilar bioenergético](#)” que según su publicidad no solamente relaja y favorece el riego sanguíneo de la cabeza, sino que además combate el asma, transforma el exceso de energía yang en ying y combate el insomnio, entre otras cualidades.

¿Sirven los masajes capilares para la alopecia?

No existe ningún estudio que lo demuestre. Es verdad que un **buen riego sanguíneo hace que los folículos estén más sanos**, pero por muchos masajes que nos demos no crecerán nuevos folículos en las zonas afectadas por la [alopecia androgenética](#). Es más podemos comparar a los masajes capilares con la homeopatía, ya que su efecto sobre el riego sanguíneo es más bien escaso, si quisiéramos un efecto más potente sobre la circulación de la sangre en el cuero cabelludo deberíamos recurrir a un medicamento como el

Minoxidil.

La causa de la alopecia androgenética, como ya hemos comentado en muchas ocasiones es la programación genética de los folículos de diferentes zonas del cuero cabelludo para su muerte prematura, debido a la presencia de la enzima 5-alfa-reductasa y esta enzima no desaparece con un buen riego sanguíneo. Por lo tanto podemos estar seguros de que no recuperaremos el pelo perdido por la alopecia androgenética a base de masajes capilares. Los masajes capilares tampoco se han demostrado una solución para la alopecia areata, de la que se tienen muchas dudas sobre sus causas, si bien, una de las más aceptadas es el estrés y una buena dosis de mimos capilares seguramente lo reduzcan.

Sobre InhairClinic

Injerto Capilar en Asturias

Si quieres mejorar tu imagen ya puedes hacerte un injerto capilar en Asturias. La capital del Principado está de enhorabuena ya que desde principios del 2017 cuenta con una nueva sede de InHairclinic en su capital, Oviedo.



InhairClinic se crea en Madrid por la iniciativa del prestigioso cirujano plástico Federico Mayo Martín para dar solución al problema de alopecia con el que llegaban gran cantidad de pacientes a su consulta. El doctor Mayo está considerado como uno de los tres mejores cirujanos plásticos de España y su reconocimiento más allá de nuestras fronteras, hace que se reclame su presencia por los congresos internacionales de cirugía plástica y estética de todo el mundo. El Doctor Mayo ha querido abrir una clínica de referencia de injerto capilar en Asturias que siga los pasos de la ya establecida en Madrid, dotándola de los mejores medios y el mejor personal médico y sanitario posible.

Con InhairClinic el injerto capilar en Asturias se realizará con la técnica más avanzada del momento, la técnica F.U.E (Follicular Unit Extraction) por cirujanos especializados, apoyados por equipos experimentados y los recursos materiales de última generación.

La nueva unidad de Injerto capilar en Asturias

Directora médica: Sandra Ramírez Álvarez
Coordinadora: Tamara Sánchez Rodríguez
Auxiliar de Enfermería: Soraya Cordero Sánchez

Injerto capilar en Asturias – la técnica F.U.E

Optamos por la técnica F.U.E por ser la que mejores resultados ofrece a nuestros pacientes:

- **No dejará cicatrices ni marcas en las zonas donantes.** La extracción se realiza folículo por folículo con una herramienta llamada “punch” de un diámetro inferior a un milímetro, al cabo de pocas semanas de la intervención los pequeños agujeritos dejados cicatrizarán y no quedarán marcas. Si hubiésemos optado por la técnica F.U.S.S los folículos donantes se obtendrían cortando una tira de aproximadamente un centímetro de ancho por quince o veinte de largo de la zona posterior de la cabeza y que tras su sutura deja inevitablemente una cicatriz que habría que disimular con el pelo de la nuca.
Es cierto que el proceso es mucho más laborioso y por tanto requiere más horas de cirugía, pero es preferible anteponer la calidad al coste.
- **Post operatorio más corto y menos doloroso.** Tras una intervención con la técnica F.U.E el paciente podrá irse a su casa y llevar una vida normal de forma casi inmediata. Los cuidados que requiere son mínimos y sólo tiene que observar una serie de pautas que se le indicarán, como es la de no cargar pesos, hacer deporte o hacer esfuerzos los primeros días, evitar el sol y la piscina, etc.
Si se opta por la técnica F.U.S.S. el post operatorio será más largo y algo más doloroso, hay que tener en cuenta que se ha extirpado una porción de piel importante y que la sutura ha de cicatrizar.
- **Posibilidad de retoques.** Mientras que con la técnica de tira no se pueden realizar varias intervenciones de trasplante capilar, con la técnica FUE se pueden hacer las que sean necesarias. Es común que pasados los seis meses en los que ya se pueden observar los resultados definitivos, se decida hacer una segunda intervención para mejorarlos. No existirá ningún problema, siempre y cuando haya suficientes folículos en las zonas donantes. También cabe la posibilidad en caso de que no haya disponibilidad de folículos de las áreas posterior y laterales de la cabeza de tomar folículos de otras partes del cuerpo, generalmente del pecho, esto no suele hacerse debido a las diferentes características de estos.
- **Mejor control de las unidades foliculares extraídas.** A diferencia de la técnica F.U.S.S. donde se hace difícil saber a priori cual será el número que se consigan con la tira de cuero cabelludo cortada.

Injerto Capilar en Asturias – Lo que InhairClinic te ofrece

- **Un equipo de profesionales** con cirujanos formados en las mejores universidades y con experiencia en trasplantes capilares, así como con sanitarios seleccionados por su capacitación y experiencia en cirugía microcapilar.

- **Rigor profesional:** Siempre plantearemos soluciones realistas que se puedan llevar a cabo. Se examinará el caso de cada paciente y se comprobará si su tipo de alopecia puede ser tratada con un trasplante ya que no todos los tipos de alopecia tienen éxito con los trasplantes, como por ejemplo la alopecia areata. Los trasplantes capilares está indicados principalmente para la alopecia androgenética y algunas alopecias cicatriciales. En el caso de que una alopecia no tenga solución con el trasplante, asesoraremos debidamente al paciente sobre que tratamiento puede seguir o en su caso le indicaremos la idoneidad de acudir a un dermatólogo o tricólogo.
- **Confidencialidad:** Pueden estar seguros nuestros pacientes de que sus datos serán tratados con la máxima confidencialidad.
- **Garantía:** Cada uno de los folículos extraídos es revisado cuidadosamente antes de ser trasplantado, desechando aquellos que hayan podido ser dañados por transección. En cualquier caso la viabilidad de los folículos extraídos está por encima del 90%. **Garantizamos los resultados.**

Testimonio de Alex Casademunt:

“En Inhairclinic he recibido un tratamiento totalmente profesional que ha colmado todas mis expectativas. Tratamiento personalizado, antes, durante y tras la micro-cirugía. Me veo como cuando tenía 20 años. “