

La actriz fue diagnosticada hace tres meses

Li Fridman relata su tratamiento contra la alopecia

MAURICIO NEIRA

“Desde chica que se me cae mucho el pelo y uno lo normaliza. Pensaba que era normal, hasta hace poquito, que fui a una peluquería y me dijeron que esa caída no era normal, así que empecé a buscar especialistas para ver qué podía hacer con este problema”, comenta Li Fridman (38) respecto a cómo llegó al Instituto Tricológico de Chile, donde le diagnosticaron alopecia, es decir, la pérdida transitoria o permanente de masa capilar.

“Iba igual con miedo, porque perder el pelo, sobre todo para una mujer, es algo importante, pero me sentí súper acogida y tranquila con toda la información que ellos me brindaron. Son especialistas, responsables, y te enseñan del crecimiento del pelo, entonces uno va entendiendo lo que va pasando en la cabeza”, destaca la actriz de la teleserie “Nuevo amores de Mercado” (Mega), agregando que “me pidieron hartos exámenes para ver dónde está fallando, qué nutrientes no estoy absorbiendo”.

Respecto a las causas de esta enfermedad, la tricóloga Andrea Sarmiento, del Instituto Tricológico de Chile, explica que “es multifactorial”. Dicho de otra manera, “puede obedecer a patologías, trastornos o hábitos”. Por eso, se recomienda

“Yo no me cepillaba nunca el pelo, pero eso ayuda a la estimulación del cuero cabelludo, entonces me lo cepillo tres veces al día”, cuenta la intérprete de Mega.

realizarse chequeos cada año, o cada dos años.

“Por ejemplo, dentro de patologías, la diabetes suele estar relacionada con pérdida de masa capilar; trastornos alimenticios están entre los trastornos más frecuentes; o incluso procedimientos quirúrgicos, como cirugías bariátricas, si no tiene un buen seguimiento post quirúrgico, podría desarrollar un cuadro de pérdida de pelo”, añade la profesional.

Al mismo tiempo, enfatiza en que la alopecia es posible revertirla dependiendo del grado de avance y la respuesta de cada persona. “Si notamos menos densidad al tomar una cola, vemos más ralo en algunas zonas o más expuesto el cuero cabelludo, es importante consultar, pues mientras más pronto lo abordemos, es altamente recuperable (y a largo plazo) nuestro pelo”, dice la especialista.



Li Fridman: “Me siento bien, estoy contenta”.

En términos generales, “si la raíz está viva, aunque no esté produciendo pelo, es posible reactivarla”. Y ese es el caso de Li Fridman, quien inició un tratamiento hace tres meses.

¿En qué consiste su tratamiento, Li?

“Consta de unas vitaminas, unas luces infrarrojas (cada 15 días), una rutina diaria que debo tener, que tiene que ver con lavado y cepillado específico que me enseñan, ocupar productos naturales. Yo no me cepillaba nunca el pelo, pero eso ayuda a la estimulación del cuero cabelludo, entonces me lo cepillo tres veces al día. Es un tratamiento lento, al igual que el crecimiento del pelo, así que voy a ir mostrando todo mi proceso en mis redes sociales”.

¿Ha notado alguna diferencia en estos meses?

“Me siento bien, estoy contenta por haber hecho conciencia de esto, pero llevo poco. Por darte un ejemplo, igual siento que se me cae menos, en el cepillado, sobre todo, pero falta tiempo para darme cuenta”.