

Alopecia masculina: sí podría ser reversible

Según cifras de la consultora Surir, el 81% de los chilenos ha experimentado algún grado de pérdida capilar. Sin embargo, pese a ser un fenómeno cada día más común, sigue siendo un tema rodeado de mitos y falsas creencias. Muchos hombres experimentan la pérdida de cabello a lo largo de su vida, y aunque en la mayoría de los casos no se trata de un problema grave para la salud física, sí puede afectar significativamente la autoestima y el bienestar emocional de quienes lo padecen.

Según estimaciones clínicas recientes, uno de cada dos hombres mayores de 35 años presenta algún grado de alopecia, siendo la más frecuente la androgenética, también conocida como calvicie común. "Los trastornos de la caída del cabello constituyen un grupo amplio y heterogéneo de afecciones con diversas características clínicas y causas. Lo importante es entender que no todos los tipos de caída del cabello son iguales ni requieren el mismo tratamiento", explica Magdalena Galarce, médico de familia de Farmacias Ahumada.

Por eso, es necesario saber qué es la alopecia y por qué ocurre. La caída del cabello puede deberse a trastornos del ciclo capilar, afecciones inflamatorias que dañan los folículos pilosos o anomalías hereditarias o

adquiridas en el tallo piloso. La más común en hombres es la alopecia androgenética, que se caracteriza por la pérdida lenta y progresiva del cabello, y que se produce por la influencia de las hormonas androgénicas sobre los folículos pilosos sensibles, en hombres con predisposición genética. De hecho, es la acción de la dihidrotestosterona (DHT) la que provoca el adelgazamiento progresivo del cabello hasta su caída definitiva.

Estudios demuestran que los hombres con un padre con calvicie tienen cinco veces más

probabilidades de padecerla que los de edad similar con padres sin la afección. Los signos pueden aparecer por primera vez durante la adolescencia y la gravedad de la afectación es muy variable; en algunos varones, el mayor grado de pérdida de cabello se produce en el vértice (o coronilla), mientras que en otros la pérdida de cabello más grave se presenta en la zona frontal o desde las sienes.

Pero no es la única. También existe la areata, una forma relativamente común de alopecia, en la que un proceso autoinmune

Aunque afecta a millones de hombres, la alopecia no tiene por qué vivirse como una sentencia definitiva. Aquí te explicamos sus causas, los tipos más comunes, tratamientos disponibles y cómo cuidarse para mantener un cuero cabelludo saludable.

contribuye a la pérdida de cabello en el cuero cabelludo u otras áreas, y que, con mayor frecuencia, se presenta en parches. El efluvio telógeno también es una causa común de pérdida difusa del cabello que suele presentarse con la pérdida aguda o crónica, siendo el estrés físico o psicológico, el parto, las restricciones dietéticas y algunos medicamentos algunos de los factores que pueden estimularla. En este caso, la caída del cabello suele ocurrir entre dos y tres meses después del evento desencadenante.

La alopecia no cicatricial también puede ocurrir como consecuencia directa de la afectación del cuero cabelludo por enfermedades cutáneas inflamatorias agudas o crónicas como, por ejemplo, la psoriasis, la dermatitis atópica, la dermatitis seborreica y la dermatitis de contacto, y pueden provocar pérdida de cabello focal o difusa. Por último, la tricotilomanía es otro trastorno en el que las personas se arrancan repetidamente el cabello del cuero cabelludo o de otras zonas con cabello, pudiendo presentarse con formas

irregulares y extrañas. En Chile, aunque no existen cifras oficiales específicas por tipo, especialistas han reportado un aumento sostenido en consultas dermatológicas por caída del cabello desde 2021, especialmente en hombres jóvenes entre 20 y 40 años.

¿ES REVERSIBLE?

La respuesta depende del tipo de alopecia. "En el caso de la alopecia androgenética, la clave está en acudir a un médico ante los primeros signos, ya que si se trata en las etapas iniciales, hay mejores resultados" detalla Galarce, aunque añade que la respuesta a las terapias suele ser incompleta. Las principales modalidades de tratamiento para la alopecia androgenética incluyen medicamentos (como el minoxidil tópico y oral o inhibidores de la 5-alfa reductasa), terapia láser de baja intensidad (fotobiomodulación), plasma rico en plaquetas, trasplante capilar y técnicas de camuflaje. El enfoque implica considerar múltiples factores como la presentación clínica, la eficacia del tratamiento, los efectos adversos del mismo, la preferencia del paciente y la disponibilidad del tratamiento. No obstante, es importante evitar la automedicación: cada tratamiento debe ser indicado por un profesional, en base al diagnóstico específico del paciente.

Existen tratamientos estudiados y comprobados para la caída del cabello, y algunos como el minoxidil -en formato tópico- o la finasterida oral, suelen ser la primera opción porque han demostrado buenos resultados, en términos de seguridad y efectividad. Sin embargo, no todas las personas se adaptan bien a ellos, ya sea por la incomodidad de usarlos todos los días o por miedo a posibles efectos secundarios. En esos casos, se pueden considerar otras alternativas. El trasplante capilar quirúrgico es una de ellas. Consiste en la transferencia de folículos pilosos desde zonas resistentes a las zonas afectadas, puede proporcionar una mejora permanente en el crecimiento del cabello terminal del cuero cabelludo y se utiliza en pacientes que no pueden lograr resultados satisfactorios solo con el tratamiento médico.

"Se debe considerar que la respuesta a los tratamientos es tardía, y los resultados visibles a menudo requieren varios meses de tratamiento. Generalmente, se recomiendan -al menos- seis meses antes de evaluar la respuesta", señala la doctora quien añade que ciertos micronutrientes como la biotina, el zinc, el hierro y vitaminas pertenecientes al complejo B también podrían favorecer la salud capilar.

