



Así, dice, no se diluyen los activos y el lavado es más eficaz

Estilista se aplica el champú 15 minutos antes de entrar a la ducha

Especialistas en medicina capilar aclaran dudas sobre el origen de la alopecia y el uso de productos.



Felipe Pérez es partidario del lavado diario del cabello.

WILHEM KRAUSE

Con más de 16 años en el mundo de la peluquería, Felipe Pérez ha desarrollado una técnica poco convencional para el cuidado de su propio cabello: se aplica el champú líquido con el pelo seco y lo deja actuar entre 10 a 15 minutos antes de entrar a la ducha. "Junto mis cosas, elijo la ropa que voy a usar en el día y en ese proceso lo dejo reposando. Después me meto a la ducha, me paso el jabón y sólo ahí lo enjuago", detalla (@el-peluquerodelareina en Instagram, <https://acortar.link/nUIGhe>).

Esta técnica, afirma, permite que el champú actúe mejor en el cuero cabelludo. "Así no diluimos la tecnología y hacemos que su acción sea mucho más rápida. Y créeme que los resultados los notas en la tercera aplicación, no a la segunda o tercera semana como dice el producto".

Pérez se aplica dos champús en la ducha: uno que elimina la suciedad del día anterior y otro de tratamiento para prevenir la caída capilar. "Hay dos tipos: los cosméticos y los cosmé-

ticos profesionales que nosotros trabajamos, que son dermatológicos y testeados dermatológicamente".

Hay gente que dice que no hay que lavarse el pelo todos los días.

"Uno de los mitos urbanos de las clientas en la peluquería es ese, pero es de un perfil de 40 años para arriba. Dicen 'no, yo no me lavo el pelo todos los días porque hace mal'. Yo les digo 'pero a ver, explícame por qué hace mal'. Si tú tienes todos los productos adecuados para tu pelo, yo no te puedo decir que no te laves el pelo todos los días. Si sales a trotar todos los días, te suda el pelo y se te pone pegote y no te lo quieres lavar, eso es cosa tuya. Pero yo, estéticamente, te tengo que decir que te tienes que lavar el pelo".

¿El factor genético influye en el cabello?

"Siempre. Yo salí como mi papá; era canoso y de poco pelo, y yo voy para allá. Y mi mamá es 100% cana, tiene poquito cabello y muy delgado. Todos en la familia lo tienen de la misma forma que mi mamá y que mi papá. Esto se puede revertir, detener, prevenir o retrasar con nuevas tecnologías que nosotros tenemos al alcan-

ce, en un salón que tenga buenos productos".

Caída diaria

Hace poco más algunos virales atribuyeron casos de caída del pelo al uso de ciertos champús. El doctor Gaston Köhler, especialista en medicina estética con formación en recuperación y trasplantes capilares, recalca que eso es imposible: "En líneas generales, hay un número de pelos que cae por día, lo que es fisiológicamente normal. Como las mujeres tienen el pelo más largo eso tiende a ser un poco más, alrededor de 150. Lo recomendable es realizarse un chequeo para estudiar el motivo por el cual el pelo, siempre solicito un tricograma capilar".

La doctora Jo Charlott, creadora de contenido y autora del libro "Revolución Skincare", cree que en internet se arman muchas teorías conspirativas. "Con los champús y las alopecias se mezclaron muchas patologías. Siento que como médicos, que somos buenos comunicando, tenemos que educar para que no se siga desinformando a la gente".

Tipos de caída

El dermatólogo Fernando Rojas, diplomado en tricología, explica que hay

diferencias sustanciales entre las dermatitis, que son inflamaciones de la piel en cualquier zona corporal (y que también pueden comprometer el cuero cabelludo) y la alopecia, que es la caída del pelo.

"Lamentablemente, existen alopecias que se cursan también con inflamación del cuero cabelludo; por lo tanto a veces cuesta distinguir si estamos frente a una dermatitis o una alopecia, pero el examen clínico hematológico utilizando el tricoscopio es esencial para distinguir una de otra", aclara este especialista en caída capilar de Clínica Elements. ¿La ventaja si se trata de una dermatitis? "Que estos pacientes recuperan el pelo perdido y hay un recrecimiento total", responde.

La doctora Jesús Díaz, especialista en restauración capilar de Clínica Tempora, explica que la alopecia más común es la androgenética, que afecta hasta un 80% de hombres y cerca del 20% en mujeres. "Es una tendencia genética que procede de una desregulación de un receptor hormonal en el cuero cabelludo y produce una atrofia de los folículos de arriba de la cabeza; con esto, el cabello paulatinamente se va adelgazando y cayendo sin regeneración desde los 20 hasta los 45 años de edad".

»
"Hay un número de pelos que cae por día, lo que es fisiológicamente normal"

Dr. Gastón Köhler

DAVID VELÁZQUEZ