

# En busca del pelo perdido

¿Es posible modificar la conducta natural de los genes y conseguir una melena de infarto? Investigamos cómo frenar el avance de la ALOPECIA androgenética femenina. Por Paloma Abad.

Uy, si te estás quedando calva!”, me dijeron el pasado mes de septiembre. No era nada que yo no supiera, pero hasta ese momento nadie me lo había dicho en voz alta. De repente tomé conciencia de lo que implicaba la frase y me puse manos a la obra.

Primera cita en Corporación Capilar ([www.corporacioncapilar.es](http://www.corporacioncapilar.es)), donde me recibe la tricóloga (dermatóloga especialista en el cabello) Raquel Martín. Su arma de trabajo es una microcámara con la que se aventura por el cuero cabelludo para observar los factores que impiden a mi pelo crecer. La sentencia es firme y clara: tengo exceso de sebo y falta de fuerza en los cabellos salientes. Pero el agravante es que existe un problema de alopecia androgenética (también lo sufren mi madre y mi abuela), que hace que mi tendencia natural sea precisamente esa: la caída como modo de vida. Así que, me advierte, es hora de ponerse manos a la obra para invertir el proceso. Si es que se puede. En ningún momento me asegura que, con el paso del tiempo, llegue a tener una melena de anuncio, pero sí un cuero cabelludo sano, y para eso debo trabajar de manera constante lo que me queda de vida. Sin pausas.

Lo primero que me recomienda es mantener unos hábitos de higiene impecables: lavar el cabello todos los días alternando un

champú suave con otro para eliminar la grasa, y dedicar tres minutos todas las noches a peinarlo antes de ir a dormir para estimular el riego sanguíneo de la zona. Además, una vez por semana, tendré que aplicar una mascarilla capilar y mantenerla así un mínimo de cuatro horas, para reforzar la salud del cuero cabelludo. No parece una empresa complicada.

Además, voy dos veces por semana al centro para que me apliquen ampollas anticaída y antigrasa y colocarme bajo el Láser Luce durante 20 minutos. Se trata de un aparato de baja frecuencia que estimula la zona, potenciando así el nacimiento de nuevos pelitos. La única pega es que son muchas sesiones (un mínimo de 10) y eso evidencia la lentitud de un proceso que ni siquiera sé si llegará a buen puerto. Parece mentira, con lo fácil que es cambiar el tamaño del pecho, eliminar las cartucheras, hacer desaparecer definitivamente el vello de las piernas o remodelar la nariz, lo complicado y lento que resulta conseguir una buena melena.

La cara me cambia tras un par de meses de tratamiento. Noto una desaparición significativa de la grasa y tengo la coronilla un poquito más cubierta. Ya sabéis: un pequeño paso para el hombre, pero un gran paso para la humanidad. De repente me sentí Neil Armstrong pisando por primera vez la luna.

Siguiente etapa: el doctor Pedro Sánchez me habla de la bioestimulación activa con plasma rico en plaquetas. Lo *googleo*. Todo

indica que es un buen método. Le hago la pregunta del millón: ¿Tendré más pelo? “Tenemos casos con resultados muy prometedores”, me dice, sin responder del todo a lo que le preguntaba. Y añade: “La estabilización de la caída es el primer signo y lo notarás en pocas semanas”. De perdidos al río. Me lanzo a permitir que me saque sangre, la centrifugo para extraer la mayor concentración plaquetaria posible y me la aplico en “cómodos pinchacitos” por toda la cabeza. Ante mi cara de pánico cuando me tumba en la camilla para llevar a cabo el proceso (¿de verdad hay alguien que no tenga ni un poco de miedo a las agujas?), el doctor me anima asegurándome que soy muy valiente. Me entra la risa nerviosa. Muy astutamente aprovecha la circunstancia para comenzar a inyectarme mi propio plasma por toda la coronilla. Es tan rápido que en un par de minutos está terminado, aunque siento la cabeza como Pinhead, el malo de *Helbraiser*, y siento algo de dolor hasta el día siguiente.

Al mes vuelvo y me felicita porque ha nacido mucho pelo. Me examina con sus manos y no se cae ninguno. Es hora de hacerlo crecer fuerte y sano, dice, y yo me siento llena de esperanza. Todos mis esfuerzos están dando sus frutos y, aunque nadie me ha garantizado nada, vamos por el buen camino. Me receta oligoelementos y vitaminas durante tres meses más, porque ahora hay que tratarlo desde el interior, y minoxidil diluido al 5% durante, al menos, un año. Yo estoy feliz con mis primeros, y aún reducidos resultados...

De hecho, ya son lo suficientemente visibles como para que, cuando visito a mi peluquera tras varios meses sin verla exclame con alegría: “¿Cuánto pelo te ha crecido!, ¿qué te has hecho?”. Y yo tan contenta. ■

FOTO: JUAN MARTÍNEZ; PEINE: ÁLVAREZ GÓMEZ (TEL. 914 311 656); EXTENSIONES MAGIC HAIR DE SCHWARZKOPF; AGRADECIMIENTOS A CORPORACIÓN CAPILAR ([WWW.CORPORACIONCAPILAR.ES](http://WWW.CORPORACIONCAPILAR.ES)); TEL. 902 252 253.

## ¿QUÉ PUEDO HACER, DOCTOR?

La bioestimulación activa con plasma rico en plaquetas es la terapia no invasiva más recomendada para recuperar el cabello. Este ingenio médico (a partir de 2.000 €) consiste en centrifugar la sangre para “aislar la fracción de plasma con mayor concentración plaquetaria, favoreciendo así la liberación de gránulos con factores de crecimiento”, dice el Dr. Sánchez.



“Parece mentira, con lo fácil que es cambiar el tamaño del pecho o eliminar las cartucheras, lo complicado y lento que resulta conseguir una buena melena”