

# La farmacia pone fin a los falsos mitos sobre la alopecia

¿Es cierto que el pelo se cae más en otoño? ¿Qué al raparse crece más fuerte?... Una nueva campaña solventa las dudas más comunes en este campo

CONNIE G. SANTOS

Redacción ● MADRID

Es normal que se caiga el pelo en otoño y en primavera, y mucho más si se seca con secador o si se lleva coleta. Claro que si se rapa la cabeza crecerá más fuerte... Estos son sólo algunos de los mitos que circulan sobre el cabello y que traen, nunca mejor dicho, de cabeza a los farmacéuticos.

Precisamente para poner freno a las falsas creencias, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (Sefac) ha puesto en marcha una campaña sobre la alopecia. Se trata de la tercera entrega de un total de 12 campañas sobre diversos problemas de interés general que se realizan a lo largo de todo el año. La protección solar y los tatuajes y piercings fueron los temas pioneros. Y este mes de septiembre le toca el turno a la pérdida de cabello. Todos los miembros de la Sefac pondrán en sus oficinas de farmacia a disposición de la población un folleto informativo donde se explican los aspectos más importantes de este trastorno que afecta a más del 40 por ciento de los hombres y a un 35 por ciento de las mujeres.

Según explica Alejandro Eguilleor, vocal de la junta directiva de Sefac y coordinador científico de la campaña, «enviamos a nuestros 800 miembros en España fichas informativas con una breve introducción, una serie de preguntas frecuentes a las que se dan res-



**Hay que evitar el uso de cepillos con cerdas de extremos ásperos**

puestas y unas recomendaciones para que el paciente aprenda unas nociones básicas del problema».

No obstante, el primer paso, indica Eguilleor, «es acudir al dermatólogo ante cualquier indicio de caída anormal, ya que es el profesional mejor cualificado para hacer el diagnóstico y prescribir un tratamiento según cada caso». Eguilleor añade que «hay muchos tipos de alopecia, y en muchos casos se pueden solucionar con un buen tratamiento, pero, por lo general, la mujer suele acudir a su peluquería en busca de soluciones y los hombres confiesan que no acostumbran a recurrir a ningún especialista».

Entre las advertencias se subraya el impacto negativo que tienen en la cantidad y fortaleza del cabello malos hábitos como las dietas desequilibradas, ya que conllevan

desajustes de aporte de nutrientes y favorecen el debilitamiento.

► La aplicación abusiva de cosméticos de mala calidad y tintes agresivos pueden debilitar el tallo capilar. Además, el lavado y el peinado excesivos y con productos inadecuados provocan un desequilibrio en la capa grasa y el cuero cabelludo.

► Otro de los útiles consejos que ofrecen en la farmacia es evitar el uso de cepillos con cerdas de extremos ásperos o de peines con púas demasiado finas.

► El correcto manejo del estrés y la recomendación de desconfiar de los productos milagro que prometen el crecimiento casi mágico del cabello a través de una publicidad engañosa, son otras de las medidas que se proponen para ayudar a prevenir la temida y antiestética caída.