

# ¿Qué es la alopecia por tracción?

Existen muchos tipos de alopecia. Alopecia significa pérdida de cabello. Las personas con alopecia por tracción o alopecia traccional pierden cabello en áreas del cuero cabelludo donde el cabello está muy apretado o muy tenso.

Ciertos estilos de peinado muy apretados pueden causar o empeorar la alopecia por tracción. Estos incluyen ajustados moños, colas de caballo, trenzas, rastas (*locs*), extensiones, extensiones tejidas y trenzas africanas cosidas (*cornrows*). La alopecia por tracción puede ocurrirle a cualquier persona a cualquier edad y de cualquier género o grupo étnico.

Si su cabello es muy seco o ha sido tratado con productos químicos (como un permanente, alisador o texturizador), podría romperse más fácilmente con estilos de peinado muy apretados.

## ¿CUÁLES SON LAS SEÑALES DE LA ALOPECIA POR TRACCIÓN?

Al principio, una persona podría sentir picazón o dolor donde se estira el cabello, como en la línea del cabello. A veces, el cuero cabelludo no pica ni duele. También se podría ver enrojecimiento, piel más oscura o pequeñas protuberancias.

Con el tiempo, el cabello se va volviendo más fino y escaso. Eventualmente, el cabello podría no volver a crecer. También podría romperse con más facilidad.

Si alguien padece de alopecia por tracción por largo tiempo, el cabello podría no volver a crecerle como lo tenía anteriormente.

## ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA ALOPECIA POR TRACCIÓN?

Los diferentes tipos de alopecia del cuero cabelludo tienen distintos hallazgos y síntomas. El médico de su hijo podría diagnosticar este tipo de pérdida de cabello con sólo mirar el cuero cabelludo y cabello de su hijo. El médico también podría preguntar sobre su rutina de cuidado y peinado del cabello. Por lo general, no se requiere de exámenes adicionales para llegar a un diagnóstico de alopecia por tracción.

## ¿CÓMO SE TRATA LA ALOPECIA POR TRACCIÓN?

**Si se descubre de forma temprana, la alopecia por tracción es tratable.**

Es importante usar una rutina delicada de cuidado del cabello para evitar que el cabello se rompa fácilmente. Cuando se deba peinar su cabello, use un peine de dientes anchos y empiece en los extremos, peinando hacia arriba y hacia el cuero cabelludo mientras se va desenredando el cabello. Esto evita que el cabello se siga quebrando. Evite químicos o tratamientos de calor que puedan secar el cabello de su hijo. Si tiene cabello crespo o rizado, puede ser útil usar productos hechos para su textura de cabello. Si tiene picazón, dolor o abultamientos en su cuero cabelludo, su médico podría darle medicamentos para que se aplique. Puede descargar el folleto de SPD sobre Cabello crespo y rizado aquí: <https://pedsderm.net/for-patients-families/patient-handouts/#CurlyandCoilyHairCare>

El mejor tratamiento para la alopecia por tracción es evitar los estilos de peinado que halen y aprieten mucho el cabello. Los estilos de peinado más sueltos pueden ayudar a que el cabello vuelva a crecer. También podría ser útil alternar distintos estilos de peinado.

## ESTILOS DE PEINADO Y LA ALOPECIA POR TRACCIÓN

### RIESGO MÁS ALTO

- » Uso frecuente de moños o colas de caballo ajustados
- » Aplicación de extensiones tejidas y/o trenzas al cabello alisado
- » Extensiones de cabello aplicadas al cabello alisado
- » Trenzas, trenzas africanas cosidas (*cornrows*) o rastas (*locs*) apretadas
- » Cualquier estilo de peinado que cause síntomas como dolor, escozor, formación de costras, estiramiento o espinillas

### RIESGO INTERMEDIO

- » Trenzas, trenzas africanas cosidas (*cornrows*) o rastas (*locs*) más flojas
- » Extensiones de cabello tejidas y trenzas aplicadas al cabello natural
- » Extensiones de cabello aplicadas al cabello natural (sin pegamento)
- » Pelucas que se usan con casquillos de peluca de algodón o nailon
- » Pañuelos para la cabeza, si son muy ajustados en la línea frontal del cabello
- » Ondulaciones permanentes
- » Ornamentación pesada para el cabello (cuentas, prensas)

### RIESGO MÁS BAJO

- » Colas de caballo y moños sueltos y bajos
- » Pelucas que se usan con gorros de satén
- » Cabello natural y sin procesar



The Society for Pediatric Dermatology  
8365 Keystone Crossing, Suite 107  
Indianapolis, IN 46240  
(317) 202-0224  
[www.pedsderm.net](http://www.pedsderm.net)

Society for Pediatric Dermatology y Wiley Publishing no se responsabilizan de cualesquier errores ni consecuencias que surjan del uso de la información contenida en este folleto. El folleto fue publicado originalmente en *Pediatric Dermatology*: Vol. 41, No. 6 (2024).

© 2024 The Society for Pediatric Dermatology

**Autoras:**  
Leslie Castelo-Soccio, MD, PhD  
Harpinder Dhinsa, BS  
Vivian Lombillo, MD

**Revisoras:**  
Smita Awasthi, MD  
Patricia Todd, MD

**Revisora de Contenido EDI:**  
Sharon Albers, MD

**Revisores de la Traducción en Español:**  
Esteban Fernandez Faith, MD  
Irene Lara-Corrales, MD