**A qr code on a white background

Description automatically generated**

**Alopecia por tracción**

**¿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 |

Autoras: Vivian Lombillo, MD, Leslie Castelo-Soccio, MD, PhD y Harpinder Dhinsa  
Revisado por: Smita Awasthi, MD y Patricia Todd, MD  
Revisora de EDI: Sharon Albers, MD