

Cuando te quites la peluca, guárdala en una base para pelucas o en una cabeza de maniquí, con lo que te asegurarás de mantener su forma. Alisa el cabello lacio o levanta los rizos con un cepillo de alambre o una peineta. Finalmente, cúbrelo con una red para cabello que mantenga el estilo sin aplastarlo.

Evita dejar tu peluca cerca de fuentes de calor, humedad o suciedad, como radiadores, ventiladores, duchas o zonas polvosas.

Siguiendo éstas recomendaciones, mantendrás tu peluca estilizada y en perfectas condiciones.

**Lavado de la Peluca.** La frecuencia del lavado dependerá de la frecuencia de uso. Generalmente, una peluca debe lavarse después de cada seis a ocho puestas en climas calientes, o después de cada doce a quince puestas en climas fríos. Sin embargo, si estás muy activa, usas mucha laca, o vives en un clima especialmente húmedo o con mucha contaminación, debes lavarla una vez a la semana para quitar el exceso de sudor y suciedad.

La mejor manera de hacerlo es la siguiente:

- 1.- Antes de lavar, alisa la peluca si es lacia, o enchínala si es rizada de una manera suave y uniforme utilizando un cepillo de alambre o una peineta.
- 2.- Añade una capa de champú para peluca o champú para bebé en un recipiente con agua fría, nunca caliente.
- 3.- Sumerge la peluca suavemente, dejándola remojar durante dos minutos.
- 4.- Enjuágala bien añadiendo más agua limpia y fría.
- 5.- Finalmente, quita el exceso de agua apretando delicadamente sin exprimir.



**Secado de la Peluca.** Después de lavar aprieta cada mechón o rizo mientras la peluca todavía está mojada. Para los dos tipos de estilos (lacio y rizado) quita el exceso de agua secando con una toalla.

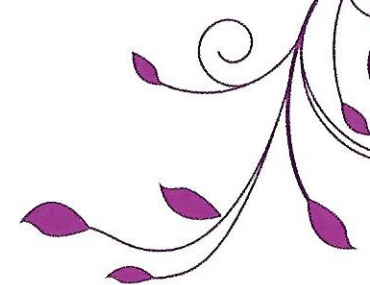
Deja que la peluca se seque al aire libre sobre una toalla limpia y seca, o bien, en una cabeza de maniquí de alambre que permita la circulación del aire. No dejes la peluca cerca de fuentes de calor o directamente al sol. Nunca uses secadoras u otros aparatos de calor en pelucas sintéticas.

También asegúrate de no peinar o cepillar una peluca mojada a menos que desees cambiar completamente el estilo.

Mientras la peluca se orea por ventila, sacúdela periódicamente para secarla más rápido. Una vez que se encuentre completamente seca, dale forma como habitualmente lo haces.

Recuerda que tu peluca te permitirá realizar tus actividades cotidianas, sólo evita los impactos de calor como abrir el horno o planchar la ropa con la peluca puesta, en caso de que ésta sea sintética.

Aury D. Caltagirone  
Onco-Image Consulting®  
www.cimab.org



## Información y cuidado sobre las pelucas



cim\*ab<sup>MR</sup>  
FUNDACIÓN

Esta información está dedicada especialmente para ti.

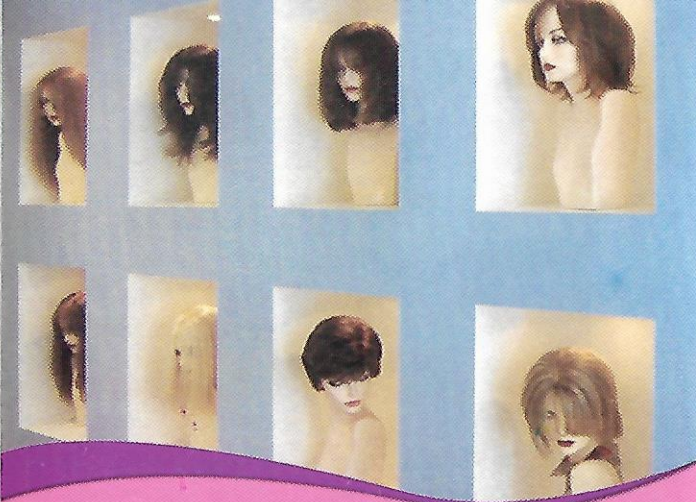
## Te dedicamos éstas recomendaciones de belleza

**El cabello.** Si tienes el cabello largo, puedes cortarlo por partes hasta que lo retires completamente, para que paulatinamente te adaptes al cambio.

Hay ocasiones en que la quimioterapia no hace caer el cabello de manera rápida, por lo que tendrás tiempo de escoger el estilo de peluca, mascada, turbante o sombrero que mejor te acomode, o incluso, puedes optar por no utilizar nada y presentarte sin ningún accesorio. Lo más importante es que luzcas como mejor te sientas.

Si decides utilizar una peluca, aprovecha ésta etapa para cambiar de estilo y color, asegurándote de elegir el mejor efecto para resaltar tus ojos y el tono de tu piel.

Pide a un familiar o a tu mejor amiga que te acompañe y juntos dense tiempo de escoger. Recuerda que el accesorio de belleza que elijas, te acompañará durante un buen tiempo.



**Las Pelucas.** Existen dos tipos de pelucas, de acuerdo al tipo de cabello: sintético o natural. En ambos casos, puedes estar segura que lucirá, puesto que hoy en día la industria del cabello ha desarrollado nuevas técnicas con las que sólo aquellas pelucas que se llevan sin "personalidad" son detectables. En este caso, es importante que te convenzas de que la peluca será el accesorio que presente tu mejor imagen, y te haga lucir bella y radiante.

La principal ventaja de las pelucas, es que actualmente puedes encontrarlas en varios colores y peinados diferentes que pueden acomodarse a tu estilo personal y modo de vida.

**Pelucas Sintéticas.** Las pelucas sintéticas tienen un estilizado moderno, mantienen su estilo por largo tiempo, secan más rápido después del lavado y su precio es más accesible que el de pelucas de cabello natural. La desventaja es que no se pueden estilizar con tenazas o con una secadora, ya que se quemarían.

Hoy en día, encontrarás pelucas sintéticas que puedan peinarse con tenaza o con plancha, pero para identificarlas, debes preguntar sobre su manejo al proveedor, de modo que evites dañarla.

**Pelucas de cabello Natural.** El cabello varía según su origen, así que puedes encontrar desde pelucas muy baratas, hasta costosas. La ventaja de este tipo de peluca es que se puede peinar como el cabello natural, es decir, utilizando secadora, plancha, e incluso aplicar color. Es importante recalcar que su cuidado a la larga resulta caro, por lo que tu decisión dependerá de tus necesidades.

**Busca la mejor opción.** Todas las pelucas ofrecen un casquete ventilado, sin embargo, el proceso de elaboración por el que han pasado será el factor que determine su confort y precio. Si prefieres otra opción, existen flequillos, trenzas, rellenos parciales y postizos para el uso con sombreros y turbantes.

Los postizos son una alternativa si prefieres no usar una peluca, o simplemente no deseas ponértela todos los días. Se pueden utilizar adheridos (sistema de velero) al interior de un sombrero o un turbante, el cual cae naturalmente desde abajo dando la ilusión de una cabeza con cabello.

Si adquiriste tu peluca por internet, te recomendamos llevarla a ajustar con un profesional de pelucas, para que la adapte según tu morfología y personalidad. Evita cortarla o ajustarla por ti misma, ya que puedes dañarla.

Tanto las pelucas de tipo natural como sintéticas existen con flequillos o mechones para cubrir la línea natural del cabello, pero si lo prefieres puedes elegirla sin fleco.



### Cuidados para tu Peluca

Si tu peluca es larga, debes cuidar de no utilizarla mientras duermes, así evitarás frotar el cabello y que acabe enredándose.

Los estilos más cortos tienden a enredarse menos y son más fáciles de mantener.

Para su peinado utiliza un cepillo de alambre o una peineta de dientes largos (los cepillos regulares pueden causar daño).

Para mantener el peinado en su lugar, utiliza un atomizador suave para pelucas o una laca baja en alcohol para cabello natural. Nunca debes cepillar, peinar o rizar una peluca mojada, a menos que quieras cambiar de estilo completamente. Peina gradualmente de las puntas hacia las raíces.