



[cancer.org](http://cancer.org) | 1.800.227.2345

---

que busque unos con forro suave de algodón

- En cuanto a los sombreros con forro, use el forro con las costuras hacia afuera, para que solo el lado suave, sin costura esté en contacto con su cuero cabelludo
- En cuanto a los sombreros sin forro (y pelucas), incorporarles un suave forro de gorra ayudará a hacer que el sombrero sea más cómodo, así como también a absorber rápidamente el sudor y a evaporarlo para mantenerle fresco.

## **Use el tamaño correcto**

- Busque sombreros que sean ajustables en tamaño  
Si su cabeza es pequeña, considere agregar un forro acolchado debajo de sus sombreros. El forro le proporcionará un relleno deseable y un ajuste cómodo.

- Los halos de cabello son otra manera fácil y económica de obtener la apariencia de cabello mientras disfruta de la comodidad de un sombrero bonito y suave. Existen pelucas diseñadas para usarse con sombreros al ser abiertas en la parte superior para mantenerlo fresco todo el día.

## **Escoja un sombrero que armonice con la forma de su rostro y tipo corporal**

- Las boinas y los sombreros de ala media se ven bien en muchas personas.
- Si tiene rostro redondo, trate de evitar las coronas redondeadas. Use una vincha o un pañuelo debajo del sombrero para que pueda inclinarlo, lo que le hará que su rostro se vea más alargado. Los aretes más largos y los halos para cabello también pueden ayudar.
- Si su rostro es más alargado, las alas más anchas le sentarán mejor.
- Si el contorno de su mandíbula es demasiado definida, acentúe sus ojos para desviar la atención de ella.
- Las mujeres de talla grande deben evitar usar sombreros pequeños que se vean desproporcionados con la forma de sus cuerpos.
- Las mujeres pequeñas deben evitar usar sombreros muy grandes que parezcan abrumadoras para ellas.
- Evite que los sombreros queden colocados sobre la cabeza muy superficialmente. Esto puede parecer que una mujer no está del todo convencida en usarlo o no se siente segura. Es mejor inclinarlo hacia abajo por la frente y usarlo con confianza.

## **Adopte su nuevo estilo con convicción.**

- Al hacer uso de un sombrero, pórtelo con seguridad y convicción.

sombreros mucho tiempo después de que su cabello haya vuelto a crecer.

## Referencias

Gatherwright J, Liu MT, Amirlak B, Gliniak C, Totonchi A, Guyuron B. The contribution of endogenous and exogenous factors to male alopecia: A study of identical twins. *Plast Reconst Surg.* 2013; 131(5):794e-801e.

Gatherwright J, Liu MT, Gliniak C, Totonchi A, Guyuron B. The contribution of endogenous and exogenous factors to female alopecia: A study of identical twins. *Plast Reconst Surg.* 2012; 130(6):1219-26.

Nail LM, Lee-Lin F. Alopecia. In Brown CG, ed. *A Guide to Oncology Symptom Management.* 2nd ed. Pittsburgh, PA. Oncology Nursing Society; 2015:21-33.

Actualización más reciente: noviembre 21, 2020

## Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido ([www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html](http://www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html)) (información disponible en inglés).

**cancer.org | 1.800.227.2345**