

Remedios caseros para la caída de cabello y la caspa

Autor: Jesús Alejandro Ramírez Funes — [¿Cómo citar este artículo?](#)

Caída de cabello

La caída del cabello, o *alopecia areata* y la calvicie son muy comunes en nuestra sociedad, y es importante saberlas tratar para el cuidado del cabello

La distribución y el crecimiento del cabello están controlados por las glándulas endocrinas, y crece aproximadamente dos centímetros y medio cada seis semanas, proceso que se puede estimular con masajes al cuero cabelludo y con el calor del sol, siempre que las raíces estén sanas. En caso contrario, el cabello se decolora, se quiebra y se cae, y aparecen canas y calvicie.

1. Secar la semilla del hueso del aguacate y moler con aceite de ricino. La pasta resultante se unta en la cabeza friccionando el cuero cabelludo. Se deja un rato, preferentemente durante la noche, y luego se lava.
2. Aplicar aceite de ajonjolí puro.
3. Friccionar todas las noches el cuero cabelludo con un conocimiento de albahaca.
4. Enjuagarse la cabeza con un cocimiento de marrubio.
5. Lavarse la cabeza con un cocimiento de hojas, yemas, corteza y cáscara de nuez.
6. Mezclar aceite de ricino y jugo de ortiga. Friccionar con esa mezcla el cuero cabelludo.
7. Para cubrir las canas o ennegrecer el cabello, friccionar el cuero cabelludo con jugo de hojas de salvia.

También puede evitarse la caída de pelo dejando remojar las hojas de la planta "espinosilla" (*loeselia mexicana*) al rededor de cuatro a seis horas, y con el agua se enjuaga la cabeza al terminar de bañarse y ya sin enjuagarse. Una forma práctica de usar esta agua es incorporándola al shampoo, para estar usándola constantemente y así también se disminuyen los [efectos negativos del shampoo](#) comercial.

Caspa

La caspa se debe a impurezas de la sangre o a malas condiciones de la piel, que por falta de grasa ocasiona el desprendimiento de las células que se encuentran en su superficie. En otras ocasiones la caspa es ocasionada por el exceso de grasa en el cuero cabelludo.

1. Lavarse diariamente la cabeza con agua tibia y sin jabón. Cepillarla bastante.
2. Usar jabón (de preferencia neutro) solamente una vez a la semana.
3. No cubrir la cabeza con sombrero o pañoleta.
4. Frotar el cuero cabelludo con jugo de cebolla dos veces por semana.

5. Restregar la cabeza con el jugo de un limón, dejándolo secar antes de lavar la cabeza.
6. Friccionar la cabeza con una mezcla de aceite de recino de jugo de ortiga.
7. Restregar el cuero cabelludo con jugo de tomates verdes, al que se le añade una pizca de sal.

Nota

El presente texto no pretende en ningún momento sustituir la consulta a un profesional médico de tu confianza en caso necesario. No obstante, estamos convencidos de que esta página puede ser una útil referencia para todas aquellas personas interesadas en el tema de la salud y la presentamos como tal.