

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: May 02, 2025

Lesão por chicote

O chicote é uma lesão no pescoço que ocorre quando a cabeça é sacudida repentina e com força. Geralmente melhora por si só em algumas semanas ou meses. Mas tratamentos simples podem ajudar a aliviar a dor e acelerar sua recuperação.

O que é chicote?

Chicote é uma lesão no pescoço que pode acontecer se sua cabeça for repentinamente sacudida para trás e para frente em um movimento semelhante a um chicote. Quando isso acontece, os músculos, ligamentos e tendões do pescoço se alongam mais do que o normal e podem ficar torcidos. Ligamentos e tendões são tecidos que conectam os ossos e os músculos.

A causa mais comum de chicote é um acidente de veículo. Outras causas de chicote incluem:

- quedas (especialmente em pessoas idosas)
- se machucar em uma luta física
- lesões esportivas.

Quais são os sintomas da chicotada?

Os principais sintomas da chicotada são dor no pescoço e rigidez do pescoço. Mas muitas vezes as pessoas não sentem esses sintomas no momento da lesão. A dor e a rigidez provavelmente piorarão um ou dois dias depois.

Outros sintomas de chicote que você pode sentir incluem:

- Cefaleia
- Dor na parte superior das costas, braços ou ombros
- Dor na região lombar
- Dificuldade em se concentrar
- Tontura

Lesão por chicote

- Zumbido nos ouvidos (zumbido)
- Visão embaçada.

Seu médico fará perguntas sobre sua lesão e como ela aconteceu. Isso os ajudará a entender melhor se seus sintomas são causados por uma chicotada. Eles também vão querer fazer um exame físico.

Uma lesão cervical grave pode causar problemas mais sérios que precisam de tratamento hospitalar. Você deve informar o seu médico se notar:

- qualquer fraqueza em seus membros
- dormência, formigamento ou alfinetes e agulhas nos membros
- você está perdendo o controle da bexiga ou dos intestinos.

Esses podem ser sinais de uma lesão nos nervos da coluna.

A maioria das pessoas com chicote não precisará de nenhum exame. Mas seu médico pode recomendar uma tomografia computadorizada da coluna se achar que você tem uma lesão mais grave.

Quais são as opções de tratamento para o chicote?

A maioria dos casos de chicote pode ser tratada em casa com medicamentos para combater a dor e a rigidez. Mas se seu médico suspeitar que você machucou sua coluna, você precisará ficar no hospital para tratamento.

Você pode sentir que deveria descansar e se mover o mínimo possível após a chicotada. Mas é importante que você continue com suas atividades normais o máximo possível para sua recuperação.

Você também deve evitar usar uma cinta cervical. Isso impede que seu pescoço se mova livremente e não aliviará sua dor e rigidez.

Medicamento

Os analgésicos podem ajudar a aliviar a dor e a rigidez causadas pelo chicote. Seu médico geralmente recomenda que você experimente primeiro o paracetamol. Se isso não ajudar, eles podem sugerir que você experimente o ibuprofeno.

O ibuprofeno é um tipo de analgésico conhecido como **AINE (antiinflamatório não esteróide)**. Ele atua para combater a dor e a inflamação (inchaço).

Mas os AINEs podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas, como irritação da mucosa do estômago. Portanto, é importante que você siga os conselhos do seu médico ou farmacêutico sobre o uso deste medicamento.

Se você não puder tomar ibuprofeno por qualquer motivo, seu médico pode recomendar um curso de analgésicos mais fortes chamados opioides. Esses medicamentos são recomendados apenas por curtos períodos. Isso ocorre porque há uma chance de as pessoas se tornarem dependentes delas se ficarem sozinhas por mais tempo.

O que acontece a seguir?

O Whiplash geralmente melhora em algumas semanas ou meses. Em casos muito leves, você pode até começar a se sentir melhor depois de alguns dias.

Normalmente, você pode controlar a chicotada em casa com analgésicos e acompanhar seu médico a cada poucas semanas. Mas você precisará ficar no hospital se tiver uma lesão mais grave.

É importante acompanhar suas atividades normais o máximo possível, mesmo que esteja sentindo dor e desconforto. Isso ajudará a acelerar sua recuperação.

Se seus sintomas não parecem estar melhorando ou estão piorando, fale com seu médico. Em algumas pessoas, a dor e a rigidez causadas pelo chicote podem ser crônicas (ou seja, duradouras). A dor crônica dura mais de 3 meses. Seu médico poderá lhe dar mais conselhos sobre como lidar com esse tipo de dor.

Se você notar **novos** sinais ou sintomas neurológicos, procure atendimento médico **imediatamente**. Isso pode incluir:

- fraqueza em seus membros
- dormência, formigamento ou alfinetes e agulhas nos membros
- perdendo o controle da bexiga ou dos intestinos.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

