

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Feb 22, 2023

Concussão (lesão cerebral traumática leve)

A concussão é uma lesão no cérebro, geralmente causada por uma pancada na cabeça.

A maioria das pessoas se recupera após alguns dias ou semanas de descanso. Mas algumas pessoas precisam ser monitoradas no hospital por um tempo, e pode haver efeitos a longo prazo.

O que é concussão?

A concussão (os médicos chamam de lesão cerebral traumática leve) é uma lesão cerebral, geralmente causada por um golpe direto na cabeça.

A concussão também pode ser causada por tremores violentos ou por um choque repentino. Esse tipo de solavanco é comum em acidentes com veículos.

Um único episódio de concussão geralmente melhora após algumas semanas ou dias.

Mas concussões repetidas podem levar a problemas de longo prazo, incluindo problemas de concentração, memória e demência.

Por exemplo, alguns **esportes**, como boxe e futebol, envolvem golpes repetidos na cabeça, o que pode causar problemas graves a longo prazo.

Mas mesmo episódios únicos de concussão podem causar problemas que podem durar vários meses, incluindo:

- cefaleias
- tontura e vertigem
- problemas de memória e concentração, e
- depressão e ansiedade.

Quais são os sintomas?

Bater com a cabeça é comum. Mas, embora possa ser extremamente doloroso, geralmente não causa concussão. Os sinais de que você pode ter uma concussão incluem:

Concussão (lesão cerebral traumática leve)

- uma dor de cabeça que não passa, mesmo com analgésicos
- **tontura ou sensação de instabilidade (os médicos chamam isso de vertigem).** Por exemplo, você pode se sentir desajeitado ao caminhar
- uma sensação de se sentir separado do seu corpo. Por exemplo, você pode não se sentir “conectado” aos braços e pernas. Os médicos chamam isso de **despersonalização**.
- fadiga (sensação de cansaço)
- problemas de memória
- náuseas e vômitos. Isso é mais comum em crianças com concussão.
- dor no pescoço. Isso é mais comum em acidentes com veículos do que com uma pancada na cabeça.
- problemas em pensar com clareza. Por exemplo, você pode ter dificuldade em lembrar algumas palavras, resolver problemas, fazer planos ou prestar atenção por muito tempo.

Se você ou seu filho tiverem sintomas como esses após um ferimento na cabeça de qualquer tipo, **procure ajuda médica** imediatamente.

É importante lembrar que você pode ter uma lesão cerebral mesmo que se sinta bem. Por exemplo, uma lesão cerebral é mais provável se você:

- caíram de uma altura ou tiveram algum tipo de lesão de “alta energia
- tem um histórico de problemas de sangramento, ou
- estão tomando medicamentos para afinar o sangue.

Se você estiver preocupado ou tiver alguma dúvida, procure ajuda médica imediatamente.

Diagnóstico de concussão

Diagnosticar uma concussão pode ser complicado, pois um ferimento na cabeça geralmente ocorre ao mesmo tempo que outros ferimentos.

Por exemplo, se você se envolveu em um acidente de veículo ou em uma queda, você pode ter ferimentos em várias partes do corpo.

Portanto, a equipe médica desejará verificar quaisquer outros problemas sérios. Por exemplo, eles verificarão possíveis **problemas respiratórios e lesões na coluna**. Eles também vão querer descobrir se você **perdeu a consciência** (desmaiou) e, em caso afirmativo, por quanto tempo.

Se você estiver consciente, a equipe médica fará perguntas sobre como você está se sentindo e do que lembra. Pelas suas respostas e pela maneira como você responde, eles geralmente saberão se você teve uma concussão.

Seu médico também pode querer fazer um **exame** de sua cabeça, como uma ressonância magnética (ressonância magnética), tomografia computadorizada (tomografia computadorizada) ou raio-x, para verificar se há sangramento perigoso ou fraturas no crânio.

Quais tratamentos estão disponíveis?

Medicamento

Para muitas pessoas, o único tratamento necessário é descansar e relaxar por uma ou duas semanas e tomar analgésicos conforme necessário.

Você pode achar que o **paracetamol ajuda**. Mas seu médico pode recomendar **analgésicos mais fortes**. É importante tratar a dor para seu próprio conforto e ajudar a aliviar a pressão na cabeça.

Seu médico também pode sugerir um medicamento para ajudar com náuseas e vômitos. Esses medicamentos são chamados de **antieméticos**. Eles podem ser especialmente úteis em crianças com concussão, que têm maior probabilidade de serem afetadas por náuseas.

Se o seu médico achar que você pode ter um **sangramento** perigoso ao redor do cérebro, ele pode recomendar medicamentos para impedir que você sangre com muita facilidade. Isso geralmente é administrado como uma infusão intravenosa (um gotejamento intravenoso).

Monitoramento no hospital

A maioria das pessoas com concussão não precisa ficar no hospital por muito tempo. Mas seu médico pode querer mantê-lo por um tempo se:

- você está tendo fortes dores de cabeça ou está vomitando
- suas varreduras ou testes sugerem que você precisa ser monitorado
- você tem outros ferimentos, ou
- você está intoxicado com álcool ou drogas.

Conselhos e informações

Se você (ou seu filho) não precisar ficar no hospital, seu médico ou enfermeiro deve aconselhá-lo sobre o que fazer para ajudá-lo a se recuperar em casa ou se achar que precisa procurar mais ajuda médica.

Por exemplo, você deve retornar imediatamente ao departamento de acidentes e emergências se tiver:

- fraqueza em um ou mais dos seus membros
- uma sensação de fraqueza no rosto
- dores de cabeça ou vômitos que não param
- dificuldade em ficar acordado
- sangramento do nariz ou das orelhas, ou
- agitação ou confusão.

Seu médico deve aconselhar você (ou seu filho) a ficar com um adulto responsável por 24 horas depois de ir para casa.

O que esperar no futuro?

Não há tempo definido para se recuperar de uma concussão. Mas é provável que demore pelo menos uma ou duas semanas até que você possa **voltar ao trabalho** e a outras atividades normais.

Você deve esperar ainda mais tempo antes de **praticar qualquer esporte**, especialmente esportes de contato que possam envolver uma pancada na cabeça ou ser atingido na cabeça por uma bola. Você deve conversar com seu médico sobre quando e se é seguro retornar a essas atividades.

Mesmo depois de você estar bem recuperado, alguns de seus sintomas podem persistir por um tempo. Por exemplo, você pode ter dores de cabeça com mais frequência do que costumava ter por um tempo, ou se sentir cansado ou “confuso” às vezes.

Algumas pessoas têm maior probabilidade do que outras de ter problemas de longo prazo. Por exemplo, pessoas com histórico de **enxaqueca** ou dores de cabeça frequentes tendem a demorar mais para se recuperar de uma concussão.

Para ter a melhor chance de uma recuperação rápida e completa:

- fique atento aos sintomas que não melhoram
- evite o estresse
- descanse o quanto você precisar, e
- use analgésicos se precisar. Sentir dor retardará sua recuperação. Mas você nunca deve tomar mais do que a dose recomendada de qualquer analgésico. Se o seu remédio para dor não estiver ajudando, converse com seu médico.

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.

