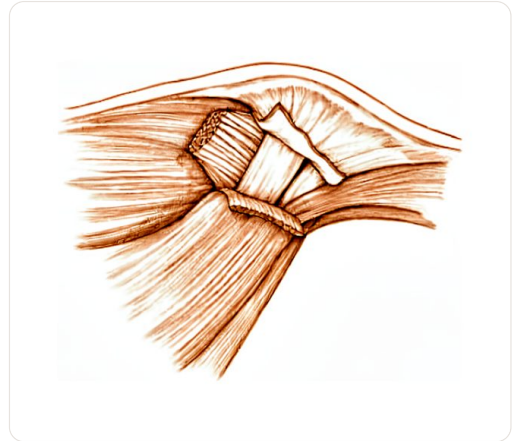


# Lesão do ligamento colateral ulnar do polegar

Lesão do ligamento colateral ulnar do polegar (dedo de esquiador).

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



Esta página foi traduzida automaticamente e ainda não foi verificada por um médico. A **versão em inglês** é a versão oficial.

## O que você está sentindo

É provável que sinta dor logo na base do polegar, onde ele se encontra com a mão. Essa dor provém do ligamento colateral ulnar, uma faixa importante de tecido que mantém o polegar estável. À medida que o ligamento se rompe, a articulação torna-se progressivamente instável. Você pode notar que movimentos simples parecem frouxos ou oscilantes.

As tarefas diárias podem tornar-se difíceis ou dolorosas. Alcançar as costas para fechar um sutiã pode doer. Enfiar a camisa ou levantar um objeto pesado pode desencadear desconforto agudo. A dor frequentemente se intensifica após o uso da mão ou à noite, quando você tenta dormir de lado. Você pode perceber que segurar objetos parece fraco ou desconfortável.

Seu cirurgião avaliará cuidadosamente esses sintomas. Se houver um sinal de fragmento deslocado no raio-X, isso sugere que o ligamento está preso de uma maneira que frequentemente requer cirurgia. Enquanto aguarda o tratamento, uma tala gessada para polegar (thumb spica) pode proteger a área. Isso ajuda o ligamento a cicatrizar, mas às vezes pode sobrecarregar as articulações próximas. A maioria das pessoas observa melhora significativa da dor e da função três meses após a reparação, com ganhos contínuos até doze meses.

## O que está realmente acontecendo

Quando você se machuca o polegar, o ligamento colateral ulnar se rompe em uma sequência. Este ligamento é uma corda forte de fibras tendinosas que mantém a articulação do seu polegar unida. À medida que essas fibras se rompem, a articulação perde sua estabilidade e começa a oscilar. Essa instabilidade progressiva é o que causa a dor e a fraqueza que você sente.

A própria articulação é protegida por uma capa chamada cápsula articular. Em alguns casos, um pedaço de osso pode se desprender junto com o ligamento, criando um pequeno fragmento. Se esse fragmento estiver deslocado, ele pode ficar preso na articulação, atuando como uma pedra em uma engrenagem. Esse bloqueio específico frequentemente requer cirurgia para ser corrigido. Embora a forma do osso do seu polegar não cause o rompimento, os músculos ao redor desempenham um papel. Se os músculos do seu antebraço não se contraírem com força suficiente, eles exercem tensão adicional sobre este ligamento, tornando-o mais propenso a ceder.

Seu cirurgião pode reparar essa corda usando uma fita especial ou substituí-la por um enxerto de tendão do seu próprio corpo. Esses métodos ajudam a restaurar o movimento normal do seu polegar sem tornar a articulação muito rígida. Mesmo com o tratamento, nenhum reparo usando seu próprio tecido corresponde perfeitamente à força original do ligamento. No entanto, a maioria dos pacientes observa melhora significativa na dor e na função aos três e doze meses após a cirurgia.

## O que podemos fazer a respeito

---

Você pode começar protegendo o polegar e trabalhando com um fisioterapeuta. Um gesso tipo thumb spica ou uma órtese estabilizadora ajuda a manter a articulação imóvel enquanto ela cicatriza. Essa abordagem visa reduzir a dor e melhorar a sensação e a função do polegar. Pode ser necessário dar vários meses a esse tratamento não cirúrgico para verificar se ele é eficaz. Alguns pacientes descobrem que contrações musculares individuais nos dedos ajudam a estabilizar a articulação durante esse período.

Seu cirurgião pode sugerir medicamentos para dor ou anti-inflamatórios para controlar o desconforto. Embora as evidências não especifiquem tipos exatos de medicamentos ou durações para injeções como cortisona, ácido hialurônico ou PRP, esses tratamentos são às vezes usados para reduzir o inchaço e a dor. O objetivo é tornar as atividades diárias mais confortáveis enquanto o ligamento se recupera. Se houver um fragmento ósseo deslocado na radiografia, seu cirurgião discutirá se isso altera o plano de tratamento.

A cirurgia é considerada quando o tratamento conservador não impede que a articulação se torne instável. Se houver um fragmento ósseo deslocado, há uma alta probabilidade de o ligamento ter ficado preso, o que geralmente requer uma operação para correção. Seu cirurgião pode oferecer uma reparação para restaurar o movimento normal ou uma reconstrução usando seu próprio tendão, se o ligamento estiver muito danificado. Esses procedimentos visam devolver estabilidade ao polegar para que você possa praticar esportes e realizar tarefas diárias sem dor.

## Quando procurar ajuda médica

---

Consulte o seu médico de família se tiver dor persistente que não melhora com o repouso. Solicite uma avaliação especializada se sentir fraqueza ou instabilidade no polegar. Procure ajuda se o polegar bloquear ou ceder. Contacte o seu cirurgião se os sintomas interferirem com o sono ou o trabalho. O agravamento súbito da dor também requer atenção. O seu médico utilizará um exame físico e radiografias para verificar a existência de problemas subjacentes. Poderão procurar um fragmento ósseo deslocado, o que frequentemente indica que o

ligamento está preso e necessita de cirurgia. Uma avaliação precoce ajuda a prevenir a instabilidade articular a longo prazo.