



## IMPACTOS DO USO EXCESSIVO DE TELAS NOS EFEITOS PSICOSSOCIAIS E HÁBITOS PARAFUNCIONAIS NA SAÚDE BUCAL INFANTIL

### Autor(res)

Sara Wanne Alves Silva  
Angela Katarina Brasil Diniz  
Amanda Beatriz Lima Bastos  
Livia Santos De Melo

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

### Resumo

A exposição prolongada a dispositivos digitais na infância tem sido amplamente associada a alterações psicossociais e comportamentais que afetam diretamente o bem-estar emocional e a saúde bucal das crianças. Este estudo, desenvolvido por meio de uma revisão bibliográfica em bases de dados como SciELO, MEDLINE, PubMed, Google Acadêmico e CAPES, contemplando artigos publicados entre 2015 e 2025, analisou evidências nacionais e internacionais sobre o tema. O uso excessivo de telas pode gerar consequências como irritabilidade, alterações de humor, ansiedade, depressão e distúrbios do sono, fatores que, segundo Twenge et al. (2018) e Domingues-Montanari (2017), estão intimamente ligados a mudanças no comportamento e ao aumento de níveis de estresse. Essas condições emocionais têm sido identificadas como potenciais desencadeadoras de hábitos parafuncionais, entre eles o bruxismo do sono, roer unhas e morder objetos, conforme relatado por Freitas et al. (2024) e Silva, Nunes e Ferreira (2022). Tais hábitos, quando persistentes, podem provocar desgastes dentários, alterações musculares e comprometimento do desenvolvimento craniofacial, impactando funções essenciais como fala, mastigação e respiração (Pereira, Oliveira e Cardoso, 2017). Além disso, o uso contínuo de telas está relacionado à redução da qualidade do sono e à piora de hábitos alimentares, como o maior consumo de carboidratos e alimentos ultraprocessados, o que contribui para o aumento do risco de cáries e outras doenças bucais. De acordo com Ramires et al. (2024) e Carrillo et al. (2022), a ansiedade e o estresse gerados pela hiperestimulação digital intensificam comportamentos parafuncionais e prejudicam a regulação emocional infantil. Os resultados apontam que a exposição prolongada a telas é um fator de risco emergente para distúrbios psicossociais e disfunções orofaciais em crianças. Conclui-se que a conscientização sobre os impactos do tempo de tela e a promoção de hábitos saudáveis são medidas fundamentais para a prevenção de prejuízos psicossociais e funcionais, preservando o desenvolvimento adequado da saúde bucal infantil.

Palavras-chave: tempo de tela; bruxismo infantil; hábitos parafuncionais; saúde bucal; ansiedade infantil.