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.