RELAÇÃO ENTRE BRUXISMO E O USO DE TELAS DIGITAS POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES: REVISÃO DE LITERATURA

Josiele Maria da Silva¹; Marianne Feliciano Leite²; Híttalo Carlos Rodrigues de Almeida³.

1. Centro Universitário Maurício de Nassau, Recife - Pernambuco;

2. Centro Universitário Maurício de Nassau, Recife - Pernambuco;

3. Centro Universitário Maurício de Nassau, Recife – Pernambuco.

**Email:** josielesilva31@gmail.com

**RESUMO**

**Introdução:** O uso de telas digitais faz parte do cotidiano de grande parcela da população mundial e vem sendo inserido cada vez mais cedo na vida da criança e do adolescente, tornando-se um hábito que muitas vezes está associado ao seu uso indiscriminado. Em consequência disto, o uso de smartphones vem sendo associado ao desenvolvimento de problemas psíquicos como ansiedade, diminuição na qualidade do sono, depressão e estresse, que podem desencadear o bruxismo. **Objetivo:** Realizar uma revisão de literatura que aborda uso ode telas digitais por crianças e adolescentes e sua relação com o bruxismo. **Metodologia:** O levantamento bibliográfico foi feito a partir dos bancos de dados: PubMed e Google Acadêmico nos idiomas inglês e português dos últimos cinco anos. Foram excluídos os estudos que não preenchem os critérios relacionados ao tema. **Resultados:** O bruxismo é caracterizado pela atividade repetitiva da mandíbula ocasionando aperto ou ranger dos dentes de forma voluntária e involuntária no período diurno e/ou noturno, resultando em vários malefícios para o sistema estomatognático. Há relação entre tempo de tela e desenvolvimento de doenças psíquicas que desencadeiam o bruxismo. Dependência de telas digitais pode ser fator etiológico na ocorrência de bruxismo e doenças mentais, por tanto, reduzir o uso dessas telas por 2h diárias e evitar o seu uso antes de dormir ajuda a minimizar os efeitos nocivos à saúde. **Conclusão:** Sabendo-se que o bruxismo traz prejuízo à saúde do sistema estomatognático, seguir as recomendações de tempo de uso de telas, procurar ajuda multiprofissional e utilizar placas de mordida é fundamental na diminuição dos danos causados no uso excessivo de telas digitais.

**Palavras-Chave:** Bruxismo. Tempo de tela. Odontopediatria.

**Área temática:** Odontopediatria.