Cuaderno de odontología. Revista científica
Vol. 4(especial5), 215-221, 2026
https://doi.org/10.62574/64wmz338

Uso de auriculares, dispositivos móviles y trastornos temporomandibulares en jóvenes: revisión sistemática

Headphone and mobile device use and temporomandibular disorders in young people: a systematic review

Madeleine Jurley Caisaguano-Chalán
madeleinecc91@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0004-1414-5830

Nelva Graciela Carrasco-Paredes
nelvacp03@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0003-7077-8379

Julián David Bonilla-Pico
julianbp34@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0009-0007-3905-2093

Carla Pamela Rodríguez-Fiallos
ua.carlarodriguez@uniandes.edu.ec
Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador
https://orcid.org/0000-0002-9184-3083

RESUMEN

Objetivo: analizar la evidencia sobre la relación entre el uso de auriculares y dispositivos móviles, los síntomas óticos y los trastornos temporomandibulares en jóvenes. **Métodos:** revisión sistemática de síntesis narrativa de literatura indexada en PubMed y SciELO (2019 a 2026), con descriptores sobre trastornos temporomandibulares, acúfenos, teléfono inteligente, conductas orales y estudiantes; se seleccionaron 15 estudios agrupados en tres ejes. **Resultados:** cuatro estudios abordaron la prevalencia de los trastornos temporomandibulares, cinco la relación entre la articulación y los acúfenos, y seis el uso de dispositivos, la postura y las conductas orales en jóvenes; ninguno evaluó directamente el uso de auriculares. **Conclusión:** no existe evidencia directa de que los auriculares causen trastornos temporomandibulares; la relación con los síntomas óticos y con el uso problemático del teléfono justifica estudios específicos.
Descriptores: trastornos de la articulación temporomandibular; acúfeno; teléfono inteligente (DeCS).

ABSTRACT

Objective: to analyze the evidence on the relationship between headphone and mobile device use, otic symptoms and temporomandibular disorders in young people. **Methods:** narrative-synthesis systematic review of literature indexed in PubMed and SciELO (2019 to 2026), using descriptors on temporomandibular disorders, tinnitus, smartphone, oral behaviors and students; 15 studies were selected and grouped into three themes. **Results:** four studies addressed the prevalence of temporomandibular disorders, five the relationship between the joint and tinnitus, and six device use, posture and oral behaviors in young people; none directly evaluated headphone use. **Conclusion:** there is no direct evidence that headphones cause temporomandibular disorders; the relationship with otic symptoms and problematic smartphone use warrants specific studies.
Descriptors: temporomandibular joint disorders; tinnitus; smartphone (MeSH).

Recibido: 08/07/2026. Revisado: 19/07/2026. Aprobado: 25/09/2026. Publicado: 01/10/2026.
Artículo original breve

INTRODUCCIÓN

En la consulta odontológica, los trastornos temporomandibulares se presentan con dolor preauricular, ruidos articulares y limitación de la apertura, y con frecuencia el paciente los asocia con molestias del oído. Se trata de condiciones comunes; en tal sentido, Valesan et al. estimaron su prevalencia mediante metaanálisis (1), Zieliński et al. actualizaron la prevalencia mundial (2) y Alqutaibi et al. la revisaron de nuevo con datos recientes (3).

Ahora bien, la cercanía anatómica y funcional entre la articulación y el oído explica que los síntomas óticos acompañen a estos trastornos. De acuerdo con la revisión de Skog et al., el acúfeno se presenta como comorbilidad de los trastornos temporomandibulares (4), y Jarach et al. describieron la prevalencia y la incidencia mundial del acúfeno (5).

Por otra parte, el uso intensivo de dispositivos electrónicos entre los jóvenes, que incluye auriculares y teléfonos inteligentes, ha despertado preguntas sobre su efecto en la postura y en las estructuras craneofaciales. Así, Xiong et al. analizaron la asociación entre el uso problemático del teléfono inteligente y la severidad de los trastornos temporomandibulares (6). En consecuencia, el objetivo de esta revisión fue analizar la evidencia sobre la relación entre el uso de auriculares y dispositivos móviles, los síntomas óticos y los trastornos temporomandibulares en jóvenes.

MÉTODO

Con el fin de reunir la evidencia disponible, se realizó una revisión sistemática de síntesis narrativa, sin metaanálisis, dado que las poblaciones, los criterios diagnósticos y los desenlaces difieren entre los estudios; los criterios y el proceso de selección adoptaron la lógica de la declaración PRISMA en lo aplicable.

En la identificación de los registros, se consultaron PubMed y SciELO con combinaciones de los descriptores temporomandibular disorders, tinnitus, headphones, smartphone use, oral behaviors y students, unidos mediante los operadores AND y OR, para el periodo 2019 a 2026.

Asimismo, se incluyeron estudios observacionales, revisiones sistemáticas y metaanálisis con autores identificables, en inglés o en portugués, que abordaran la prevalencia de los trastornos temporomandibulares, su relación con síntomas óticos o con el uso de dispositivos y las conductas orales. Por el contrario, se excluyeron los estudios sobre audífonos para la hipoacusia, por tratarse de dispositivos distintos de los auriculares de uso recreativo.

Posteriormente, se seleccionaron 15 estudios por su afinidad con el objetivo planteado. De cada uno se extrajeron el diseño, la población y el aspecto analizado, y los datos se organizaron en la Tabla 1 y se agruparon en tres ejes temáticos: prevalencia, relación con los acúfenos, y dispositivos, postura y conductas orales. Al tratarse de una revisión de literatura publicada, el trabajo no requirió dictamen de un comité de ética.

RESULTADOS

En primer lugar, la selección final reunió 15 publicaciones (Tabla 1), agrupadas en tres ejes; cuatro abordaron la prevalencia de los trastornos temporomandibulares, cinco la relación entre la articulación y los acúfenos, y seis el uso de dispositivos, la postura y las conductas orales en jóvenes. Cabe resaltar que ninguno de los estudios seleccionados evaluó de forma directa el uso de auriculares.

Tabla 1. Estudios incluidos en la revisión sistemática.

Estudio	Diseño o población	Aspecto analizado
Valesan et al., 2021 (1)	Revisión sistemática y metaanálisis	Prevalencia de trastornos temporomandibulares
Zieliński et al., 2024 (2)	Metaanálisis	Prevalencia mundial

Estudio	Diseño o población	Aspecto analizado
Alqutaibi et al., 2025 (3)	Revisión sistemática y metaanálisis	Prevalencia mundial
Skog et al., 2019 (4)	Revisión sistemática	Acúfeno como comorbilidad
Jarach et al., 2022 (5)	Revisión sistemática y metaanálisis	Prevalencia e incidencia del acúfeno
Xiong et al., 2022 (6)	Estudio transversal	Uso problemático del teléfono y severidad del trastorno
Wieckiewicz et al., 2020 (7)	Estudio de prevalencia	Cefaleas y trastornos dolorosos
Omidvar y Jafari, 2019 (8)	Revisión sistemática y metaanálisis	Acúfeno y trastornos temporomandibulares
Mottaghi et al., 2019 (9)	Revisión sistemática y metaanálisis	Prevalencia de acúfeno en pacientes con trastornos
Alghamdi et al., 2026 (10)	Revisión sistemática y metaanálisis	Trastornos articulares y acúfeno
Al-Hadidi et al., 2019 (11)	Estudiantes universitarios	Uso del teléfono y dolor cervical
Derakhshanrad et al., 2021 (12)	Trabajadores de oficina	Uso excesivo del teléfono y dolor cervical
Medeiros et al., 2020 (13)	Estudiantes de odontología	Síntomas, conductas orales, ansiedad y depresión
Wu et al., 2021 (14)	Estudiantes de medicina	Prevalencia y factores de riesgo
Barbosa et al., 2021 (15)	Estudiantes portugueses	Conductas orales de sobreuso y dolor

Elaboración propia a partir de los estudios incluidos. Entre paréntesis, número de la referencia.

En el eje de prevalencia, junto con los metaanálisis mundiales (1 a 3), Wieckiewicz et al. describieron la frecuencia y la superposición de las cefaleas y los trastornos temporomandibulares dolorosos (7).

En el eje de acúfenos, a la revisión de comorbilidad (4) y a la estimación de la prevalencia mundial del acúfeno (5) se suman los metaanálisis de Omidvar y Jafari (8), Mottaghi et al. (9) y Alghamdi et al. (10), que examinaron la asociación entre el acúfeno y los trastornos temporomandibulares.

En el eje de dispositivos y conductas, junto con el estudio sobre uso problemático del teléfono (6), Al-Hadidi et al. (11) y Derakhshanrad et al. (12) relacionaron el uso del teléfono inteligente con el dolor cervical en universitarios y trabajadores de oficina. Del mismo modo, Medeiros et al. evaluaron los síntomas de trastornos temporomandibulares, las conductas orales, la ansiedad y la depresión en estudiantes de odontología durante el aislamiento social (13), Wu et al. identificaron

factores de riesgo biológicos y psicológicos en estudiantes de medicina (14) y Barbosa et al. relacionaron las conductas orales de sobreuso con el dolor en estudiantes portugueses (15).

DISCUSIÓN

De acuerdo con el material revisado, los trastornos temporomandibulares son frecuentes en la población (1 a 3) y se asocian con síntomas óticos como el acúfeno (4, 8 a 10), lo que explica que el paciente que usa auriculares por largos periodos atribuya a estos dispositivos la sensación de oído tapado o el dolor preauricular. Sin embargo, ninguno de los estudios seleccionados demostró que el uso de auriculares cause o agrave estos trastornos.

Por otro lado, la vía más plausible para relacionar los dispositivos con la articulación es indirecta. El uso intensivo del teléfono se ha vinculado con el dolor cervical y con posturas mantenidas de flexión (11, 12), y el uso problemático se asoció con la severidad de los trastornos temporomandibulares (6); dicho de otro modo, la postura y el tiempo de exposición podrían importar más que el auricular en sí.

Asimismo, en estudiantes universitarios los factores psicológicos y las conductas orales, como el apretamiento y el bruxismo en vigilia, aparecen ligados a los síntomas (13 a 15), lo que sugiere que el estrés académico y los hábitos parafuncionales deben considerarse antes de atribuir el problema a un dispositivo. Desde la práctica, el odontólogo debería explorar la articulación y las conductas orales en el joven con síntomas óticos, y derivar a otorrinolaringología cuando corresponda.

En cuanto a las limitaciones, la revisión incluyó 15 estudios sin ninguno centrado en auriculares, con predominio de diseños transversales, no valoró el riesgo de sesgo y agrupó los trabajos por foco temático; en consecuencia, no permite establecer causalidad. Se requieren estudios que midan el tiempo de uso de auriculares y su relación con los síntomas articulares y óticos.

CONCLUSIÓN

No se identificó evidencia directa de que el uso de auriculares cause trastornos temporomandibulares; sin embargo, estos trastornos son frecuentes, se asocian con el acúfeno y, en jóvenes, se relacionan con el uso problemático del teléfono, la postura, el estrés y las conductas orales. Se recomienda evaluar de manera integral la articulación y los hábitos del paciente joven con síntomas óticos, y desarrollar estudios que midan específicamente la exposición a auriculares.

FINANCIAMIENTO

Este trabajo se llevó a cabo con recursos exclusivamente aportados por los autores.

CONFLICTO DE INTERESES

No existen conflictos de interés por parte de los autores respecto a la presente investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ecuador.

REFERENCIAS

1. Valesan LF, Da-Cas CD, Réus JC, Denardin ACS, Garanhani RR, Bonotto D, et al. Prevalence of temporomandibular joint disorders: a systematic review and meta-analysis. Clin Oral Investig. 2021;25:441-53.
2. Zieliński G, Pająk-Zielińska B, Ginszt M. A meta-analysis of the global prevalence of temporomandibular disorders. J Clin Med. 2024;13(5):1365.
3. Alqutaibi AY, Alhammadi MS, Hamadallah HH, et al. Global prevalence of temporomandibular disorders: a systematic review and meta-analysis. J Oral Facial Pain Headache. 2025;39(2):48-65. (completar autores)
4. Skog C, Fjellner J, Ekberg E, Häggman-Henrikson B. Tinnitus as a comorbidity to temporomandibular disorders: a systematic review. J Oral Rehabil. 2019;46(1):87-99.
5. Jarach CM, Lugo A, Scala M, et al. Global prevalence and incidence of tinnitus: a systematic review and meta-analysis. JAMA Neurol. 2022;79(9):888-900. (completar autores)

6. Xiong X, Yue Y, Pei YP, Li HC, Zhong JW, Gao XL, et al. The association between problematic smartphone use and the severity of temporomandibular disorders: a cross-sectional study. Front Public Health. 2022;10:1042147.
7. Wieckiewicz M, et al. Prevalence and overlaps of headaches and pain-related temporomandibular disorders. J Oral Facial Pain Headache. 2020;34(1):31-9. (completar autores)
8. Omidvar S, Jafari Z. Association between tinnitus and temporomandibular disorders: a systematic review and meta-analysis. Ann Otol Rhinol Laryngol. 2019;128(7):662-75.
9. Mottaghi A, Menéndez-Díaz I, Cobo JL, González-Serrano J, Cobo T. Is there a higher prevalence of tinnitus in patients with temporomandibular disorders? A systematic review and meta-analysis. J Oral Rehabil. 2019;46(1):76-86.
10. Alghamdi HA, Alwably AA, Alsaad FI, Alghamdi RJ, Faden A. Temporomandibular joint disorders and tinnitus: a systematic review and meta-analysis. BMC Oral Health. 2026;26:536.
11. Al-Hadidi F, Bsisu I, AlRyalat SA, Al-Zu'bi B, Bsisu R, Hamdan M. Association between mobile phone use and neck pain in university students: a cross-sectional study using numeric rating scale for evaluation of neck pain. PLoS One. 2019;14(5):e0217231.
12. Derakhshanrad N, Yekaninejad MS, Mehrdad R, Saberi H. Neck pain associated with smartphone overuse: cross-sectional report of a cohort study among office workers. Eur Spine J. 2021;30:461-7.
13. Medeiros RAD, Vieira DL, Silva EVFD, Rezende LVML, Santos RWD, Tabata LF. Prevalence of symptoms of temporomandibular disorders, oral behaviors, anxiety, and depression in dentistry students during the period of social isolation due to COVID-19. J Appl Oral Sci. 2020;28:e20200445.
14. Wu J, Huang Z, Chen Y, Chen Y, Pan Z, Gu Y. Temporomandibular disorders among medical students in China: prevalence, biological and psychological risk factors. BMC Oral Health. 2021;21:549.
15. Barbosa C, et al. Oral overuse behaviours and painful temporomandibular disorders in Portuguese students. J Oral Rehabil. 2021;48:1099-108. (completar autores)

Derechos de autor: 2026. Por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/