

**DIA 20 DE MARÇO
DIA MUNDIAL
DA SAÚDE ORAL**

JOSÉ FIGUEIRAS
À CONVERSA COM PEDRO FERREIRA LOPES

"A PREVENÇÃO NÃO É CARA, CARO É NÃO PREVENIR"

O apresentador da SIC aceitou o desafio da **NOVA GENTE** para entrevistar o seu dentista. O resultado final é um diálogo descontraído, bem-disposto, mas sem nunca esquecer alguns dos temas mais pertinentes ao nível da medicina dentária.

**JOSÉ FIGUEIRAS
PERGUNTOU E PEDRO
FERREIRA LOPES
RESpondeu, NAS
INSTALAÇÕES DA
PRIME DENTAL CLINIC**

**O apresentador
da SIC
e o médico
dentista
mantêm
também
uma relação
de amizade**

Pedro Ferreira Lopes, médico dentista na Prime Dental Clinic, participa em alguns projetos televisivos, é cronista e autor do livro para crianças **As Aventuras do Capitão Dentinho**. Conhecido como o Dr. dos Mil Sorrisos, como tantas figuras públicas o definem, é também nos projetos solidários que abraça que se sente bastante realizado. Convidámos um dos rostos conhecidos da nossa televisão, o apresentador da SIC José Figueiras, detentor de um sorriso bonito e saudável, para darmos a conhecer aos nossos leitores como está a medicina dentária em Portugal e quais os cuidados a ter em conta para a prática de uma boa saúde oral.

José Figueiras – Olá, Pedro. És um dentista que vive a profissão com uma paixão enorme. Como dentista há muitos anos, estás habituado a ver casos clínicos mais graves. Achas que a geração mais jovem está mais preocupada e atenta aos perigos que podemos ter se não cuidarmos da nossa saúde oral?

Pedro Ferreira Lopes – Sim. Nota-se uma crescente preocupação nas camadas mais jovens. Os pais estão cada vez mais atentos e preocupados com a saúde oral dos filhos. Uma grande maioria sabe que a saúde oral afeta a saúde em geral.

Muitas pessoas apontam a ausência das idas ao médico dentista porque é caro. Concordas?

Como digo inúmeras vezes, a prevenção não é cara, o que é caro é a pessoa não prevenir. Os gastos "incomportáveis" associados à medicina dentária acontecem quando não há um acompanhamento regular e a ida ao dentista ocorre apenas quando há um episódio de dor ou sensibilidade.

Quando estive aqui numa das minhas consultas, vi pais com os filhos muito pequeninos à espera de consulta. Julgo que muitos não devem saber a partir de que idade devem trazer os filhos à primeira consulta. Existe alguma idade específica?

Os pais podem e devem trazer os seus filhos à primeira consulta a partir dos seis meses de idade. A saúde oral não é uma questão independente da saúde geral dos seus filhos, mas à qual deve ser dada a mesma atenção que concedemos a outras partes do seu corpo. Não se deve pensar que os dentes "de leite", por serem temporários, não devem ser cuidados. Desde o primeiro momento, temos que evitar os maus hábitos e incentivar os nossos filhos a ter uma boa higiene oral.

É verdade que várias doenças graves podem ser consequência de uma má higiene oral?

Sim, claro que sim. A boca desempenha um papel vital na nossa saúde, portanto, uma boa higiene oral é essencial para evitar que se acumulem bactérias que danificam o esmalte dos dentes e se formem cáries. Doenças como a gengivite, periodontite, halitose, cancro oral e a perda de dentes estão na origem da prática de uma má higiene oral. Doenças do coração como a endocardite bacteriana, doenças pulmonares, cerebrais ou até mesmo nas articulações, entre outras, podem ter origem nos dentes e na boca.

Quais as regras para praticar uma boa higiene oral?

Uma boa higiene oral é uma das medidas mais importantes para manter os dentes e as gengivas saudáveis. Os cuidados diários preventivos passam por uma boa escovagem (duas a três vezes por dia, depois das refeições e ao deitar), usar o fio dentário corretamente, trocar de escova de três em três meses, utilizar produtos com flúor, ter uma alimentação saudável e equilibrada, beber água e, claro, visitar o médico dentista pelo menos duas vezes no ano. Estas são algumas das regras fundamentais.

Como é que sabemos, por exemplo, que não estamos a fazer uma higiene oral corretamente?

Alguns dos sinais mais visíveis são, por exemplo, as gengivas que sangram ou doem quando escovamos os dentes ou quando se passa o fio dentário, o mau hálito constante, a dor ao mastigar, a sensibilidade ou dor de dentes.

És dos um poucos dentistas que, além de ter uma agenda profissional e social muito preenchida, está todos os dias na clínica a exercer a profissão. Qual é o segredo do teu sucesso?

O sucesso é muito relativo. Fazemos o que gostamos é fundamental. Depois, existe muito trabalho, dedicação e, no fundo, dar sem esperar nada em troca. Talvez isso faça com que possamos ser reconhecidos pelo nosso trabalho. Se juntarmos isso a um trabalho de equipa que caminha no mesmo sentido, então, o resultado consegue ser aquele que se pretende. Pode demorar o seu tempo, mas o reconhecimento pelo nosso trabalho acaba por acontecer. Sempre tive muita vontade de aprender e de estar atento a tudo o que se passa na minha área. Eu não abdicar do meu trabalho ou família por uma festa do social. Se conseguir, vou. Gosto do contacto direto com os meus pacientes e eles sabem disso. Talvez seja também essa minha maneira de ser e estar, que passo quer para os meus pacientes, quer para as pessoas em geral.

Foste um dos pioneiros a trazer há pouco tempo para Portugal uma nova técnica de cirurgia para colocação de implantes. É importante apostares nas novas tecnologias e equipamentos? Achas que os teus pacientes valorizam os teus investimentos nas novas tecnologias?

É verdade. Trata-se de uma cirurgia guiada di-

gital em medicina dentária. Uma técnica minimamente invasiva, que permite medições de exatidão máxima e posicionamento virtual dos implantes antes de colocá-los no paciente, resultando num melhor e mais funcional resultado estético. Como em qualquer área, é muito importante acompanhar a evolução e investir nas novas tecnologias. É muito importante para nós e para os meus pacientes. Felizmente, as pessoas já se apercebem dos avanços na medicina dentária e também o que nos distingue. Isso é, realmente, muito gratificante.

Uma última pergunta. Cuidas do sorriso de tanta gente; e do teu, quem cuida?

Sempre que preciso, tenho a minha equipa de profissionais competentes, na qual confio inteiramente. Uma das minhas colegas, a doutora Andreia Moraes, por exemplo, diz que sou um paciente muito fácil e tranquilo. Já cheguei a adormecer a fazer um tratamento, só para teres uma ideia (risos).

Foi um enorme prazer entrevistar um grande profissional e amigo. Muita saúde e sucesso para a tua carreira.

Obrigado, Zé. Para ti também. 📷

Fotos: PAULA ALVENO; Agradecimentos: PIERRE FABRE Dermo-Cosmétique Portugal