

MAIS BONITA **SAÚDE**

SARA ESTEVES CARDOSO **PREOCUPA-SE** COM A SUA HIGIENE ORAL

# Que belo sorriso!



Sara acredita que, ao tratar do seu sorriso, previne uma série de outras doenças

A relações públicas faz questão de **TRATAR DOS SEUS DENTES** por motivos estéticos e de saúde

TEXTO ANDREIA VALENTE FOTOS JORGE JACINTO

**O** sorriso é uma das melhores formas de apresentação da personalidade, por isso, Sara Esteves Cardoso faz questão de cuidar muito bem dos seus dentes. A manutenção e a higiene oral são os principais cuidados. “A saúde oral é uma coisa muitas vezes deixada de parte, mas as pessoas não percebem que uma boa higiene oral, muitas vezes, previne uma série de outras doenças. Tenho tido muito cuidado com os dentes e frequentado a clínica do dr. Pedro Lopes, que me tem dado excelentes conselhos de manutenção.”

Porém, não é só com o sorriso que a relações públicas se preocupa. Apesar da sua boa forma física, Sara garante que é um bom garfo. Ainda assim faz uma alimentação equilibrada e vai ao ginásio com regularidade. “Nunca fiz dietas, mas como coisas saudáveis. Gosto muito de fruta e legumes e não abuso dos fritos. Além disso, fiz dança durante muito tempo e agora vou ao ginásio com frequência.”

A pele também tem a atenção da RP, que não dispensa “o creme de dia e o creme de noite”.

