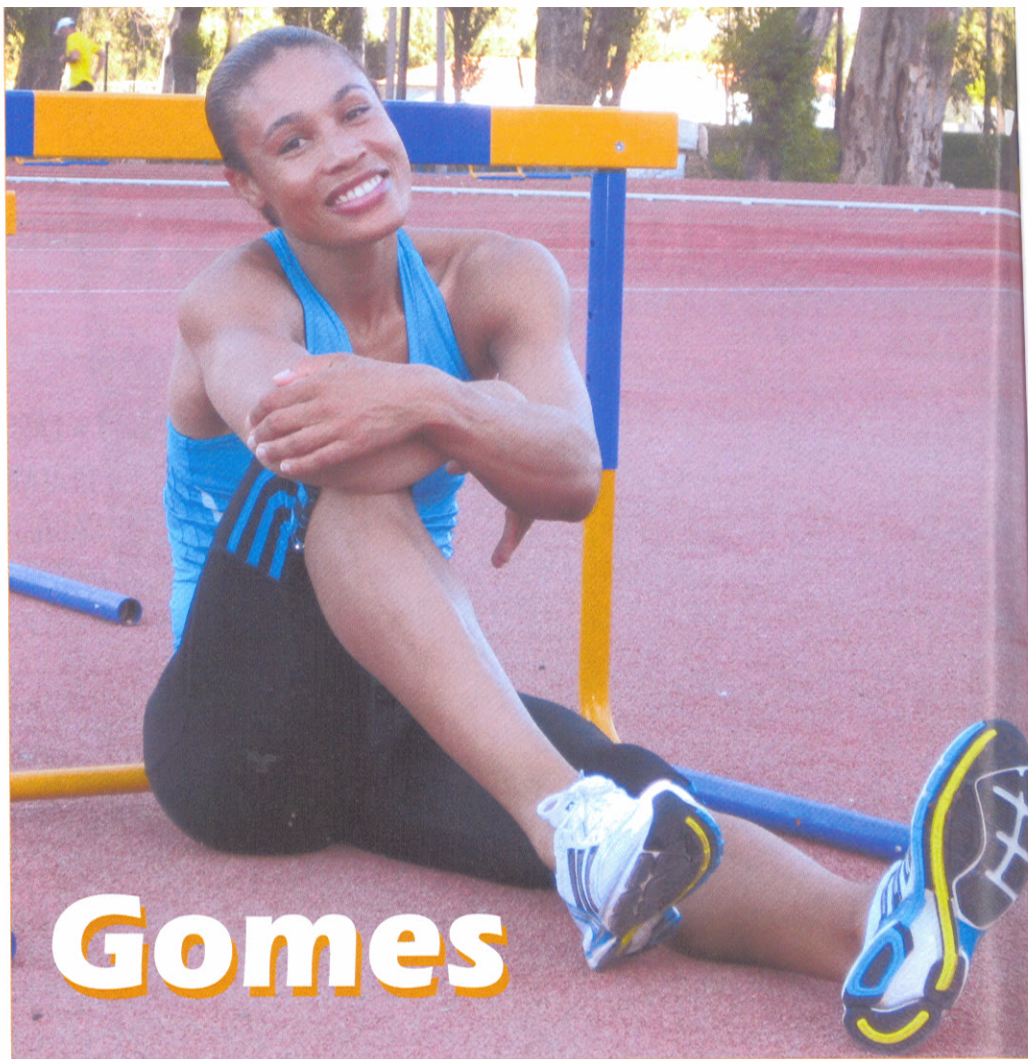


Naide Gomes soma quatro medalhas de ouro, outras tantas de prata e uma de bronze, conquistadas nos mundiais e europeus de atletismo. Fora das pistas, a atleta revela a mesma determinação em matéria de higiene oral.

Naide Gomes



Descobriu o atletismo aos 13 anos, impulsionada pelos professores que a viam vencer todos os colegas em todas as modalidades. Naide Gomes ingressou nas fileiras do Sporting Clube de Portugal no final dos anos noventa. Começou nas chamadas Provas Combinadas (pentatlo e heptatlo), acabando por especializar-se no salto em comprimento, modalidade em que é recordista nacional. A atleta de alta competição, que marcou presença nas últimas edições dos Jogos Olímpicos, soma quatro medalhas de ouro, outras tantas de prata e uma de bronze, conquistadas nos mundiais e europeus de atletismo realizados desde 2002. Naide Gomes revela o mesmo empenho na sua higiene oral, como o demonstra o impecável sorriso. “É importante cuidar a minha imagem para os patrocinadores, fãs e, claro, para me sentir bem”.

M AXILLARIS. Com que regularidade vai ao dentista?

Naide Gomes. Duas vezes por ano.

M Que cuidados de higiene oral tem diariamente?

Naide Gomes. Todos os dias lavo os dentes depois das refeições principais: pequeno-almoço, almoço e jantar.

M Que tipo de escova de dentes usa?

Naide Gomes. Como tenho as gengivas sensíveis, uso uma escova de dentes soft.

M Já recorreu a tratamentos dentários específicos?

Naide Gomes. Sim, já tive de recorrer à colocação de implantes dentários.

M Evita fumar ou comer algum tipo de alimento ou bebida que escureça os dentes?

Naide Gomes. Não fumo e evito beber café.

M Em criança ou adolescente usou aparelho nos dentes?

Naide Gomes. Não, nunca foi necessário.

M De que forma ter um sorriso bonito e uma boa higiene oral é importante na sua profissão?

Naide Gomes. O sorriso é um reflexo do nosso bem-estar. Como atleta de alta competição, procuro cuidar da minha imagem para os patrocinadores, fãs e, claro, para me sentir bem.

M Qual foi o maior elogio que já ouviu ao seu sorriso?

Naide Gomes. Ser um sorriso rasgado que espelha a minha simpatia.

M Qual é o sorriso que não a deixa indiferente?

Naide Gomes. O sorriso de todas as pessoas que gosto não me deixam indiferente. Mas há quatro que me desarmam: o da minha mãe, da minha afilhada, da minha irmã e, claro, o do meu namorado. ◆