

Universidade de Lisboa
Faculdade de Medicina Dentária



Produtos Dentários Sustentáveis: Práticas e Perceções da População
Residente em Portugal

Cleuzilena Lopes Barbosa Barros

Orientadora: Prof. Doutora Sónia Alexandra Mateus Flores Mendes Borralho

Coorientadora: Prof. Doutora Maria Cristina Bettencourt Neves

Dissertação
Mestrado Integrado em Medicina Dentária
2022

Universidade de Lisboa
Faculdade de Medicina Dentária



Produtos Dentários Sustentáveis: Práticas e Perceções da População
Residente em Portugal

Cleuzilena Lopes Barbosa Barros

Orientadora: Prof. Doutora Sónia Alexandra Mateus Flores Mendes Borralho

Coorientadora: Prof. Doutora Maria Cristina Bettencourt Neves

Dissertação

Mestrado Integrado em Medicina Dentária

2022

“You will either step forward into the growth or you will
step backward into safety”.

Abraham Maslow

AGRADECIMENTOS

À minha orientadora Prof. Doutora Sónia Alexandra Borralho, agradeço pela sua disponibilidade, conselhos, otimismo e motivação transmitidos durante a realização deste trabalho.

À Faculdade de Medicina Dentária da Universidade de Lisboa, agradeço: os funcionários, às assistentes da clínica, aos meus colegas de curso, em especial, aos docentes por todos os conhecimentos transmitidos durante o curso.

Aos meus pais, Maria e Agílio, a quem tudo devo tudo, por serem o meu “porto seguro”, por todos os valores e conhecimentos transmitidos ao longo da minha vida. Agradeço ainda por estarem sempre ao meu lado a celebrar as minhas conquistas e por acreditarem em mim mesmo quando eu não acreditei, por me ensinarem a lutar pelos meus sonhos, sem nunca desistir.

Aos meus irmãos Gilson e Hélio, pela minha irmã Cláudia, por serem e a minha inspiração e estarem sempre ao meu lado, nos momentos felizes, difíceis e importantes, não só da minha vida pessoal, mas também da minha formação.

À minha dupla, Catarina Castro, por ter sido o meu braço direito nestes últimos dois anos, pelas chamadas de atenção e correções quando necessárias, por todas as aprendizagens, por me completar e ser o meu segundo par de olhos.

À minha veterana Andreia Lopes por todo o apoio, carinho e motivação!

A todas as pessoas, que se cruzaram comigo nesta jornada e que de alguma forma, direta ou indiretamente, contribuíram para que este momento fosse possível...

O MEU MAIS SINCERO AGRADECIMENTO A TODOS VÓS!

RESUMO

A população encontra-se cada vez mais sensibilizada para o impacto das práticas quotidianas sobre o ambiente e para a importância da adoção de práticas cada vez sustentáveis. Adicionalmente, há uma crescente preocupação das empresas em investirem no desenvolvimento de produtos sustentáveis, surgindo no mercado uma grande variedade de produtos de higiene oral mais sustentáveis.

O presente estudo tem como objetivo analisar a perspetiva do consumidor relativamente aos produtos mais sustentáveis para os autocuidados de saúde oral, nomeadamente as práticas, expectativas e dificuldades sentidas no que se refere à utilização deste tipo de produtos.

Foi realizado um estudo observacional e transversal, dirigido a indivíduos maiores de 18 anos e residentes em Portugal. Os dados foram obtidos através de um questionário *on-line*, que recolheu informação sobre a utilização de produtos de higiene oral sustentáveis, práticas, perceções e dificuldades sentidas na adoção de um estilo de vida sustentável. Foi realizada a estatística descritiva de todas as variáveis.

A amostra foi constituída por 185 participantes. A maioria (64,3%) considerou “muito importante” existir um investimento para o desenvolvimento de produtos de higiene oral sustentáveis. No entanto, apenas 37,3% referiram já ter utilizado este tipo de produtos sustentáveis. Destes, uma maioria mostrou-se satisfeito ou muito satisfeito com os produtos sustentáveis utilizados. Como principais dificuldades sentidas para utilização deste tipo de produtos foram indicadas o desinteresse pessoal (93,0%), a dificuldade no acesso aos produtos nos estabelecimentos comerciais (69,2%) e o preço elevado dos produtos (61,1%).

Os participantes mostraram-se sensibilizados para a utilização de produtos de higiene oral mais sustentáveis, no entanto ainda se verifica uma baixa frequência de utilização destes produtos. Seria importante o estudo da eficácia e segurança deste tipo de produtos, de modo a promover a utilização de produtos de higiene oral mais amigos do ambiente.

ABSTRACT

The population is increasingly aware of the impact of daily practices on the environment and the importance of adopting sustainable practices. Additionally, there is a growing concern of companies to invest in the development of sustainable products, with a wide variety of sustainable oral hygiene products appearing on the market.

The present study aims to analyze the consumer's perspective regarding the most sustainable products for oral health self-care, namely the practices, expectations and difficulties felt regarding the use of this type of products.

An observational and cross-sectional study was carried out, that included individuals over 18 years of age and residing in Portugal. Data were obtained through an online questionnaire, which collected information on the use of sustainable oral hygiene products, practices, perceptions, and difficulties experienced in adopting a sustainable lifestyle. Descriptive statistics of all variables were performed.

The sample consisted of 185 participants. The majority (64.3%) considered it “very important” to invest in the development of sustainable oral hygiene products. However, only 37.3% reported having already used this type of products. Of these, a majority was satisfied or very satisfied with the sustainable products. Personal disinterest (93.0%), difficulty in accessing products in commercial establishments (69.2%) and the high price of products (61.1%) were the main difficulties experienced in using this type of products.

Participants were sensitized to the use of more sustainable oral hygiene products, however there is still a low frequency of use of these products. It would be important to study the efficacy and safety of this products, to promote the use of more environmentally friendly oral hygiene products.

Palavras-Chaves

Produtos sustentáveis

Consumidor

Práticas sustentáveis

Percepções

Sustentabilidade

Keywords

Sustainable products

Consumer

Sustainable practices

Perceptions

Sustainability

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABELAS	xiii
ÍNDICE DE FIGURAS	xiii
LISTA DE ABREVIATURAS	xv
I. INTRODUÇÃO	1
1. Sustentabilidade em Medicina Dentária.....	1
2. Sustentabilidade: a mudança do comportamento do indivíduo.....	3
3. Produtos de higiene oral sustentáveis/ ecológicos.....	4
II.OBJETIVOS	7
III. MATERIAIS E MÉTODOS	9
1. Classificação do estudo.....	9
2. População-alvo e seleção da amostra.....	9
3. Recolha dos dados	9
4. Descrição das variáveis do estudo.....	10
5.Tratamento dos dados e análise estatística	12
6. Considerações éticas	12
IV. RESULTADOS	13
1. Caracterização da amostra	13
2. Utilização de produtos de higiene oral.....	14
3. Conhecimento e utilização de produtos de higiene oral sustentáveis	15
4. Perceção sobre os produtos de higiene oral sustentáveis	17
5. Práticas e perceção relacionadas com um estilo de vida sustentáveis.....	18
V. DISCUSSÃO	21
VI. CONCLUSÃO	25
VIII. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	27
VIX. APÊNDICES	33
1. Apêndice I (Questionário).....	33
2. Apêndice II (Parecer da comissão de ética).....	39

ÍNDICE TABELAS

Tabela 1: Descrição das variáveis sociodemográficas e de utilização geral de produtos de higiene oral.....	10
Tabela 2: Descrição das variáveis relacionadas com produtos de higiene oral sustentáveis e práticas de um estilo de vida sustentável.	11
Tabela 3: Caracterização sociodemográfica da amostra	13
Tabela 4: Caracterização da amostra, segundo a utilização de produtos de higiene oral.....	14
Tabela 5: Conhecimento e utilização de produtos de higiene oral sustentáveis	15
Tabela 6: Percepção sobre a eficácia dos produtos de higiene oral sustentáveis utilizados.....	17
Tabela 7: Práticas e percepção relacionadas com a sustentabilidade.....	19

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Tipos de escovas dentárias sustentáveis utilizadas.....	16
Figura 2: Tipos de fios dentários sustentáveis utilizados.....	16
Figura 3: Tipos de pasta dentífricas sustentáveis utilizadas.....	16
Figura 4: Satisfação em relação aos produtos de higiene oral utilizados.....	17
Figura 5: Dificuldades sentidas na implementação de medidas de higiene oral sustentáveis na prática quotidiana.....	18

LISTA DE ABREVIATURAS

ONU - Organização das Nações Unidas

EDA - *Eco-Dentistry Association*

UNECE - *United Economic Commission for Europe*

FDI - *World Dental Federation*

ODS - Objetivos do Desenvolvimento Sustentável

ADA - *American Dental Association*

I. INTRODUÇÃO

Um dos maiores desafios do século XXI é o aquecimento global provocado pelas mudanças climáticas.⁽¹⁻³⁾ Estas alterações são induzidas pelo Homem, cujas atividades geram um grande impacto no ambiente, tais como a poluição do ar e da água, a diminuição da produtividade agrícola, a degradação do ecossistema e o esgotamento dos recursos naturais.⁽²⁻⁷⁾ As alterações no ambiente afetam a nossa saúde e o nosso bem-estar. As mudanças climáticas e a poluição aumentam propagação de doenças infecciosas, respiratórias e cardíacas.^(4,6) Por isso, existe atualmente uma crescente preocupação com o meio ambiente.⁽⁴⁾ A pegada de carbono é um conceito utilizado para quantificar os gases de efeito estufa (que contribuem para o aumento da temperatura global) gerados pelas atividades indústrias e quotidianas da população.⁽⁵⁾

O *Brundtland Report* (1987) define que o desenvolvimento sustentável é o desenvolvimento capaz de suprir as necessidades da geração atual, sem comprometer a capacidade das gerações vindouras atenderem às suas próprias necessidades.^(2,8,9)

Na sequência destas preocupações, a Organização das Nações Unidas (ONU) propôs, em 2015, uma agenda para o desenvolvimento sustentável, a considerar até 2030.^(4,10,11,12,13) Esta define dezassete metas universalmente aplicáveis para os próximos anos, com o objetivo de se incrementarem esforços a nível ambiental, social e económico com o intuito de melhorar a qualidade de vida da população^(10,11,12,13,14). A referida agenda constitui um plano de ação para o desenvolvimento sustentável que diz respeito à humanidade, ao planeta e à prosperidade.^(10,13)

Em 2017, os países membros da região europeia da Organização Mundial de Saúde adotaram a implementação das medidas de desenvolvimento sustentável propostas na Agenda 2030, enfatizando, o desenvolvimento sustentável na área da saúde.⁽¹²⁾

1. Sustentabilidade em Medicina Dentária

A prática clínica da medicina dentária também tem um impacto nefasto no meio ambiente, através de três principais fontes: emissão de dióxido de carbono resultante da deslocação dos pacientes e profissionais de saúde às clínicas; fabrico, distribuição e aquisição de materiais, (incluindo a utilização de plásticos de uso único); a produção de resíduos e de lixo biológico que depois é incinerado.^(1,9,11,15,16)

Para além dos profissionais da saúde oral, a sustentabilidade na medicina dentária diz respeito a muitos intervenientes, nomeadamente governos nacionais, comunidades académicas e científicas, fabricantes, distribuidores, técnicos de equipamento dentário, empresas de recolha, processamento de resíduos, entre outros.^(11,16,17)

A *Eco-Dentistry Association* (EDA) refere que anualmente os consultórios dentários geram um desperdício de aproximadamente, 1,7 mil milhões de mangas de esterilização; 4,8 milhões de folhas de chumbo; 28 milhões de litros de líquido fixador radiográfico; 3,7 toneladas de desperdício de mercúrio e mais de 680 milhões de proteções de cadeira, pegas para a luz da cadeira e babetes para proteção do paciente. Também, um consultório dentário consome, em média aproximadamente, 216 mil litros de água por ano^(1, 18). Face à atual situação da pandemia Covid-19 houve um crescente uso de plásticos de uso único, nomeadamente os equipamentos de proteção individuais.^(9,16,19,20,21,22,23) Há portanto, uma dificuldade na implementação de medidas de desenvolvimento sustentáveis na prática clínica, uma vez que se prioriza a segurança dos pacientes e profissionais de saúde.^(9,14,19,20,22,23)

Os plásticos de uso único são um dos maiores desafios no sector da saúde, uma vez que, são essenciais para a redução do risco de contágio e proporcionar uma prática clínica mais segura.^(16,19) Estes plásticos são incinerados e os gases de efeitos estufa produzido aquando da incineração do lixo biológico gerados pelas clínicas dentárias, constitui cerca de 1% da emissão de carbono na Europa.⁽¹⁾

Estes dados evidenciam o impacto da atividade clínica da medicina dentária no ambiente e a necessidade iminente de alterar estas práticas.^(2,9,15,16,24) Os termos “*ECO-friendly dentistry*” e “*Green dentistry*” têm sido frequentemente mencionados na literatura e pressupõe uma mudança nesta prática, com o intuito de implementar estratégias para reduzir o consumo de produtos, da energia e da elevada produção de resíduos pelas empresas deste setor^(2,9,15,16,24), através da diminuição da pegada de carbono, com o uso de fontes alternativas de energia e materiais biodegradáveis não tóxicos, bem como a redução dos desperdícios produzidos pelas clínicas dentárias.^(2,9,15,16,24,25)

A saúde oral faz parte integral da vida humana e o profissional de saúde oral também deve ter uma responsabilidade para promover a sustentabilidade e, portanto, incorporar os objetivos de desenvolvimento sustentável no exercício da sua atividade e dar o seu contributo em prol da mudança para uma medicina dentária sustentável.⁽¹¹⁾ Por outro lado, urge reconhecer a prevenção das doenças orais como a forma mais sustentável de garantir uma ótima saúde oral,

exequível, acessível e conseqüentemente contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.^(9,15,16) Ao priorizar as práticas preventivas, é possível diminuir o impacto económico e ambiental, reduzindo o deslocamento dos pacientes, a prestação de serviços e minimizando a quantidade de resíduos produzidos e reciclados.^(1,11,26)

No entanto, existem algumas barreiras à adoção de práticas sustentáveis nomeadamente, a falta de informação, de motivação, de interesse e a percepção de que as alternativas sustentáveis aumentam os custos e são um esforço financeiro adicional.^(23,24,25) No sentido de ultrapassar estas barreiras a *United Economic Commission for Europe* (UNECE) refere a importância em apostar na educação, visto que este assume um papel essencial para fomentar a mudança na percepção do impacto que as nossas ações individuais têm sobre o meio ambiente⁽²⁷⁾, bem como, a aquisição de competências, valores e a motivação para a adoção de um estilo de vida mais sustentável.^(14,27)

Uma das medidas fundamentais para a incorporação da sustentabilidade na prática clínica dos profissionais de saúde oral consiste em apostar na educação através da consciencialização para a sua importância e a incorporação das medidas de desenvolvimento sustentável no curriculum dos estudantes de medicina dentária e higiene oral do pré e pós-graduado.^(11,16,20,24,25)

2. Sustentabilidade: a mudança do comportamento do indivíduo

Para a mudança de perspectiva e adoção de um estilo de vida sustentável é imprescindível ter conhecimento do termo “os 4Rs”. Este consiste em quatro termos: repensar, reduzir, reutilizar e reciclar.^(28,29)

- ❖ Repensar: consiste numa reflexão crítica sobre as nossas atitudes e práticas, optando pela compra de produtos que têm um baixo impacto ambiental;
- ❖ Reduzir: diminuir o consumo excessivo e o desperdício, nomeadamente, o consumo de produtos descartáveis, água e matéria-prima. Reduzir a poluição atmosférica e hídrica;
- ❖ Reutilizar: uso prolongado de um artigo; promover o uso de materiais reaproveitáveis e biodegradáveis, que poupam recursos e energia necessária para fabricar artigos novos;
- ❖ Reciclar: transformar material descartado em artigos novos, a fim de serem novamente comercializados, desta forma diminuindo a quantidade de resíduos eliminados.

Segundo Chen *et al.* (2021), para estimar a disposição e a capacidade de um indivíduo adotar comportamentos sustentáveis, é imprescindível avaliar alguns valores ecológicos como: a atitude, o interesse, a motivação e a autoeficácia, sendo que estes estão interrelacionados.⁽¹⁴⁾ Este estudo refere que a atitude é um dos principais preditores da mudança do comportamento e está diretamente relacionada com o interesse, a motivação e as experiências passadas.⁽¹⁴⁾

A *Teoria da Autodeterminação* defende que existe uma relação entre o interesse e a motivação. É possível distinguir duas formas de motivação: a motivação extrínseca e intrínseca. A motivação extrínseca é aquela em que a pessoa é movida por condições externas, sejam benefícios ou punições.^(30,31) Já a motivação intrínseca acontece quando a pessoa age de acordo com motivos internos baseados nas necessidades intrínsecas como a competência, a autonomia e vínculo social.^(30,31) O interesse está relacionado com a motivação intrínseca sendo que, essa modalidade de motivação ocorre com base em objetivos vistos como significativos para a pessoa, e a ação em si mesma é percebida como recompensadora.⁽³¹⁾ As principais motivações ecológicas são o desejo de ter um estilo de vida mais saudável e evitar o esgotamento dos recursos naturais.⁽¹⁴⁾

Di Fabio *et al.* (2020) referem que a *Teoria sociocognitiva* faz a correlação entre o interesse, a motivação e a autoeficácia. A autoeficácia é definida como a crença ou a convicção que um indivíduo tem sobre a sua capacidade de implementar determinados hábitos ou realizar uma tarefa. A autoeficácia de certa forma, contribui para despertar o interesse e a motivação, visto que quando o indivíduo se considera eficaz a desenvolver determinada tarefa tende a antecipar resultados positivos⁽³¹⁾.

3. Produtos de higiene oral sustentáveis / ecológicos

Para adoção de uma prática clínica sustentável é imprescindível haver investimentos no desenvolvimento de produtos sustentáveis, também designados de “*green products*” ou “*environment-friendly products*”.^(2,11)

Os produtos de higiene oral são maioritariamente confeccionados com plástico, isso por sua vez, contribuem para um dos grandes problemas atual no mundo que é a poluição por plástico.^(7,32) Estima-se que até 2050 haverá mais plástico do que peixe nos oceanos.⁽³²⁾ Por exemplo, as escovas dentárias manuais convencionais são confeccionadas a partir do plástico de polipropileno (cabo) e o nylon (cerdas), ambos provenientes de combustíveis fósseis não

renováveis.^(7,33,34) As escovas elétricas para além do plástico, também contém alumínio na sua constituição.⁽⁷⁾

No mercado dirigido ao consumidor/ população, também se assiste à passagem para alternativas ecológicas. A *World Dental Federation (FDI)* e as Ordens e Associações Dentárias Nacionais desempenham uma função importante na coordenação do trabalho e na interação com as autoridades locais, no sentido de implementar soluções para ajudar a reduzir o impacto ambiental da medicina dentária e da indústria médico-dentária, e fomentar iniciativas relacionadas com o desenvolvimento sustentável^(24,35). Em maio de 2021, a FDI lançou uma nova iniciativa com o compromisso de quatro parceiros fundadores: Colgate®, *Dentsply-Sirona*®, *GSK Consumer Healthcare*® e TePe®. O objetivo é alcançar um procedimento de compra e fornecimento sustentável⁽³⁵⁾.

Desta forma, têm surgido no mercado uma grande variedade de produtos de higiene oral sustentáveis, tanto em lojas on-line, nas associações “desperdício zero”, como nas próprias casas comerciais mais conhecidas como a Oral B®, Colgate®, *Dentsply-Sirona*®, *GSK Consumer Healthcare* e TePe®⁽³⁵⁾.

Portanto, começam a existir no mercado alguns produtos de higiene oral sustentáveis /ecológicos, confeccionados com materiais biodegradáveis. Como alternativa às escovas de plástico convencionais existem escovas de plástico biodegradável, como as escovas de bambu ou de cana-de açúcar.^(7,33,34,36-40) Também existem fios dentários com embalagens recicláveis e confeccionadas com matérias 100% biodegradáveis, como: o bambu, o amido do milho, o carvão e a cera de abelha.^(33,37,39, 41, 42) Outra medida sustentável promovida pelas marcas de produtos de higiene oral são os dentífricos com embalagens fabricadas a partir de materiais biodegradáveis, reciclados e recicláveis como: o vidro, o papel ou cartão, facilitando o processo de separação e reciclagem do produto.^(39,43-46)

Os profissionais da saúde oral não só devem estar despertos para a importância do seu papel no que diz respeito à sustentabilidade, mas também assumir a responsabilidade de cumprir com as exigências da sociedade quanto à redução do seu impacto nos recursos naturais, utilizando esse pensamento na sua prática clínica e gestão do consultório, mas também na sua prática de aconselhamento e promoção da boa saúde oral do paciente.^(15,16) É também importante que o profissional de saúde oral esteja consciente do seu papel como veículo de mudança de comportamentos, podendo levar os pacientes a uma postura mais ecológica e sustentável.^(1, 2)

Para além da importância da sustentabilidade na prática empresarial em medicina dentária, também é importante conhecer a perspetiva do lado do consumidor, de modo que se analisem as expectativas dos indivíduos e também as barreiras que estes sentem no que se refere à utilização de procedimentos e produtos mais sustentáveis para os autocuidados de saúde oral. Sendo este tema ainda pouco estudado e muito relevante na atualidade, o presente estudo pretende contribuir para o conhecimento desta temática.

II.OBJETIVOS

Os objetivos deste estudo são estudar na população residente em Portugal:

- ❖ A maior preocupação considerada aquando da compra de produtos de higiene oral;
- ❖ A importância dada relativamente à adoção de hábitos sustentáveis relacionadas com a higiene oral;
- ❖ As práticas e a opinião sobre os produtos de higiene oral sustentáveis que existem no mercado;
- ❖ A percepção sobre a utilização desses mesmos produtos;
- ❖ As dificuldades sentidas para aplicar bons hábitos sustentáveis relacionados com a higiene oral, na rotina diária.

III. MATERIAIS E MÉTODOS

1. Classificação do estudo

A fim de atingir os objetivos propostos, realizou-se um estudo observacional, descritivo e transversal.

2. População-alvo e seleção da amostra

A população-alvo desse presente estudo, consistiu nos indivíduos maiores de 18 anos, residentes em Portugal. Foram incluídos no estudo todos os indivíduos que aceitassem participar no estudo voluntariamente, respondendo ao questionário.

3. Recolha dos dados

A recolha dos dados foi realizada através da aplicação de um questionário (Apêndice I) autopreenchido pelos participantes. O questionário foi realizado no formato *on-line* com recurso à plataforma “*Google Forms*” e foi disponibilizado: através de uma hiperligação divulgada à população em geral, através das diversas redes sociais, entre os meses de março a abril de 2022.

O questionário foi desenvolvido com base numa revisão da literatura^(7,33,36-44). Esta revisão teve como base uma pesquisa nos motores de busca PubMed e Nature, com recurso as diferentes palavras-chaves: “*sustainability*”, “*sustainable dentistry*”, “*sustainable oral care*”, “*green dentistry*”, “*thought about sustainable products*”.

A estrutura do questionário inclui 4 secções: dados demográficos, utilização de produtos de higiene oral, produtos de higiene oral sustentáveis (práticas, percepções, opinião e dificuldades sentidas) e práticas sobre um estilo de vida sustentável. O questionário apresenta 27 questões, sendo a sua maioria de resposta múltiplas e algumas de resposta curta. Através das questões colocadas, foram averiguados as práticas e opiniões sobre os produtos de higiene oral sustentáveis/ecológicos, a percepção sobre a eficácia desses produtos e a prática de hábitos sustentáveis no quotidiano, bem como a importância e as dificuldades na adoção dos mesmos.

4. Descrição das variáveis do estudo

As variáveis do estudo estão descritas nas Tabela 1 e 2.

Tabela 1. Descrição das variáveis sociodemográficas e de utilização geral de produtos de higiene oral.			
Secção	Designação	Descrição e categorização	Tipo
Dados Sociodemográficos	Sexo	“feminino”, “masculino”	Nominal
	Idade	“18-24 anos”, “25-34 anos”, “35-44 anos”, “45-54 anos”, “55-64 anos”, “mais de 65 anos”.	Ordinal
	Habilitações literárias	“Menos que o Ensino Básico (9º ano)”, “Ensino Básico completo (9ºano completo)”, “Ensino Secundário completo (12º ano completo)”, “Ensino Superior completo”.	Ordinal
	Ocupação	“estudante”, “trabalhador-estudante”, “trabalhador(a)”, “reformado(a)”, “desempregado(a)”, “outra”.	Nominal
Utilização de produtos de higiene oral	Tipo de escova dentária que utiliza	“escova manual de plástico (convencional)”, “escova manual de plástico com cabeças recarregáveis”, “escova manual de materiais biodegradáveis (por ex: bambu; cana-de-açúcar; plástico biodegradável)”, “escova elétrica”, “outra”.	Nominal
	Maior preocupação na compra de uma escova de dentes	“preço”, “suavidade das cerdas”, “sustentabilidade ambiental (produto ecológico)”, “qualidade da escova”, “outra”.	Nominal
	Utilização de fio dentário ou escovilhão	“não”, “sim”	Nominal
	Maior preocupação quando compra fio/escovilhão	“preço”, “sustentabilidade ambiental (produto ecológico)”, “qualidade do fio/escovilhão”, “outra”.	Nominal
	Maior preocupação quando compra um dentífrico	“preço”, “sustentabilidade ambiental (produto ecológico)”, “qualidade do dentífrico”, “concentração de flúor”, “outra”.	Nominal

Tabela 2. Descrição das variáveis relacionadas com produtos de higiene oral sustentáveis e práticas de um estilo de vida sustentável.			
Secção	Designação	Descrição e categorização	Tipo
Produtos de higiene oral sustentáveis	Conhece produtos de higiene oral sustentáveis	“não”, “sim”, “não sei”	Nominal
	Tipo de produtos sustentáveis que conhece	“escovas dentárias”, “fio dentários”, “escovilhões”, “dentífricos” “outro tipo”	Nominal
	Aconselhamento de profissional de saúde oral para uso de produtos sustentáveis	“não”, “sim”, “nunca fui ao profissional de saúde oral”	Nominal
	Importância dada ao investimento para o desenvolvimento de produtos de higiene oral mais sustentáveis	“nada importante”, “pouco importante”, “mais ou menos importante”, “importante”, “muito importante”.	Ordinal
	Utilização de produtos de higiene orais sustentáveis	“não”, “sim”, “não sei”	Nominal
	Tipo de produtos sustentáveis já usados	“escova dentária de bambu”, “escova dentária de cana-de-açúcar”, “escova dentária de plástico biodegradável”, “fio dentário de bambu”, “fio dentário de milho”, “fio dentário de carvão”, “fio dentário de cera de abelha”, “dentífrico com embalagem de plástico biodegradável”, “dentífrico com embalagem de vidro”, “dentífrico com embalagem de papel ou cartão”.	Nominal
	Satisfação em relação à utilização de escovas dentárias sustentáveis	“Não utilizei/utilizo pastas dentífricas sustentáveis”, “Nada satisfeito(a)”, “Pouco satisfeito(a)”, “Mais ou menos satisfeito(a)”, “Satisfeito(a)” “Muito satisfeito(a)”	Nominal
	Satisfação em relação à utilização de fio dentário sustentável		Nominal
	Satisfação em relação à utilização de dentífricos sustentáveis		Nominal
	Opinião sobre a eficácia dos produtos dentários sustentáveis	“Não utilizei/utilizo escovas ou fios dentários sustentáveis”, “não sei/não tenho opinião”, “não eficazes, não recomendaria a outras pessoas”, “eficazes, recomendaria a outras pessoas”, “muito eficazes, recomendaria a outras pessoas”.	Nominal
Dificuldades sentidas para a implementação de medidas de higiene oral mais sustentáveis	“Desinteresse pessoal”, “Dificuldade no acesso à informação”, “Demasiado caro”, “Demasiado complexo e cansativo”, “Difícil acesso aos produtos nos estabelecimentos comerciais”, “Falta de apoio das pessoas com quem partilho a casa”; “Dúvidas sobre a eficácia dos produtos”, “Dúvidas sobre a segurança dos produtos”; “Produtos ecológicos são menos agradáveis de usar”, “Outra dificuldade”.	Nominal	
Práticas de um estilo de vida sustentável	Hábito de fechar a torneira durante a escovagem dos dentes	“não”, “sim”	Nominal
	Procura de produtos de higiene oral mais amigos do ambiente		Nominal
	Reciclagem dos produtos/materiais que utiliza na sua higiene oral		Nominal
	Penso que faço tudo o que posso	“não concordo”, “não concordo e nem discordo”, “concordo”.	Nominal
	Os produtos mais sustentáveis são muito caros		Nominal
	Sinto que posso fazer mais, mas tenho pouca informação		Nominal
	Os produtos sustentáveis não têm a mesma qualidade que os outros		Nominal
Perspetiva em relação às consequências das suas ações sobre o ambiente	“sinto que estou informado e atento”, “sinto que não tenho o conhecimento suficiente sobre o assunto”, “sinto que não tenho o conhecimento suficiente, mas gostaria de saber mais”, “não tenho opinião/ não me identifico”	Nominal	

5. Tratamento dos dados e análise estatística

O questionário *on-line*, sendo realizado através da plataforma “*Google Forms*”, permitiu a transferência direta dos dados para um ficheiro de *Microsoft Excel 2016 (Microsoft Office Excel 2016, Redmond, USA)*. A autora do estudo preparou e codificou os dados desse ficheiro para serem exportados para o programa *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* versão 27.0 (IBM, Armonk, NY, USA), sendo neste último efetuada a análise estatística das variáveis.

Foi realizada a análise descritiva, sendo calculadas as frequências absolutas e relativas de todas as variáveis.

6. Considerações éticas

Este estudo teve o parecer positivo da Conselho de Ética para a Saúde da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade de Lisboa (Apêndice II). Na página inicial do questionário encontrava-se implícito toda a informação referente ao estudo: objetivos, características, participação voluntária e anónima. Também foi disponibilizado o contato da investigadora para eventuais esclarecimentos. Na primeira questão foi pedida a aceitação para a participação no estudo (consentimento informado). Apenas quem consentisse a participação no estudo tinha acesso ao questionário propriamente dito.

IV. RESULTADOS

1. Caracterização da Amostra

Foram obtidas 189 respostas ao questionário. Contudo, 4 respostas não foram incluídas no estudo, pois os participantes não eram residentes em Portugal, ficando a amostra final constituída por 185 participantes.

A caracterização sociodemográfica da amostra encontra-se descrita na Tabela 3. A maioria dos participantes do estudo eram do sexo feminino (77,8%) e com idade entre os 18-24 anos (55,1%). Relativamente à ocupação 45,4% eram estudantes e 38,9% eram trabalhadores. Por outro lado, 59,5% apresentavam o ensino secundário completo e 34,6% o ensino superior completo.

Tabela 3. Caracterização sociodemográfica da amostra.

Variável	Categorias	n	%
Sexo	Feminino	144	77,8
	Masculino	41	22,2
Idade (em anos)	18-24	102	55,1
	25-34	30	16,2
	35-44	21	11,4
	45-54	16	8,6
	55-64	12	6,5
	+ 65	4	2,2
Habilitações Literárias	Menos que o Ensino Básico (9º ano)	4	2,2
	Ensino Básico completo (9º ano completo)	7	3,8
	Ensino Secundário completo (12º ano completo)	110	59,5
	Ensino Superior completo	64	34,6
Ocupação	Estudante	84	45,4
	Trabalhador (a) – estudante	17	9,2
	Trabalhador(a)	72	38,9
	Reformado(a)	3	1,6
	Desempregado(a)	8	4,3
	Outra	1	0,6

2. Utilização de produtos de higiene oral

A maioria dos participantes usava escovas manuais de plástico convencionais (63,2%) ou escova elétrica (20,0%). Quando questionados sobre qual a maior preocupação relativamente à compra de escovas dentárias, a maioria dos indivíduos apontaram a qualidade da escova (41,8%) e a suavidade das cerdas (32,6%) e apenas 8,2% referiram a sustentabilidade ambiental como prioritário. As outras preocupações (1,1%) sentidas foram a qualidade, a suavidade, o tamanho da escova e não serem tóxicos (Tabela 4).

Tabela 4. Caracterização da amostra, segundo a utilização de produtos de higiene oral.

Variável	Categorias	n	%
Tipo de escova que utiliza	Escova manual de plástico convencional	117	63,2
	Escova manual de plástico com cabeças recarregáveis	5	2,7
	Escova manual de materiais biodegradáveis	26	14,1
	Escova elétrica	37	20,0
Maior preocupação quando compra escovas de dentes	Preço	30	16,3
	Suavidade das cerdas	60	32,6
	Sustentabilidade ambiental (produto ecológico)	15	8,2
	Qualidade da escova	77	41,8
	Outra	2	1,1
Utilização de fios/escovilhões dentários	Sim	125	67,6
	Não	60	32,4
Maior preocupação quando compra fios/escovilhões dentários	Preço	46	36,8
	Sustentabilidade ambiental (produto ecológico)	9	7,2
	Qualidade do fio/escovilhão	68	54,4
	Outra	2	1,6
Maior preocupação quando compra dentífrico	Preço	46	25,6
	Sustentabilidade ambiental (produto ecológico)	7	3,9
	Qualidade do dentífrico	121	67,2
	Concentração de flúor	2	1,1
	Outra	3	1,7

Relativamente à utilização de fio dentário ou escovilhão, 67,6% dos participantes do estudo referiram o seu uso frequente. Ao comprar estes meios complementares de higiene oral há uma maior preocupação com a qualidade (54,4%) e com o preço (36,8%). Apenas 7,2% dos participantes referiram como maior preocupação a sustentabilidade ambiental. As outras preocupações sentidas pelos participantes foram o tipo do fio/escovilhão e não serem tóxicos (1,6%) (Tabela 4).

De modo semelhante, foi referido como maior preocupação na compra do dentífrico a sua qualidade (67,2%) e o preço (25,6%), sendo que apenas 3,9% afirmaram ter como maior preocupação a sustentabilidade ambiental (Tabela 4). As outras preocupações (1,7%)

mencionadas pelos inquiridos são: a concentração de flúor; qualidade e concentração de flúor; preço e sustentabilidade ambiental e serem *cruelty free* (*vegan*).

3. Conhecimento e utilização de produtos de higiene oral sustentáveis

Cerca de 85,2% dos participantes responderam que nunca receberam aconselhamento por parte dos profissionais de saúde oral para o uso de produtos de higiene oral sustentáveis. No entanto, a maioria (64,3%) considerou “muito importante” existir um investimento para o desenvolvimento de produtos de higiene oral sustentáveis.

Também a maioria (64,9%) referiu conhecer produtos de higiene oral sustentáveis no mercado, contudo apenas 37,3% mencionaram a utilização prévia deste tipo de produtos (Tabela 5).

Tabela 5. Conhecimento e utilização de produtos de higiene oral sustentáveis.			
Variável	Categorias	n	%
Importância dada ao investimento para o desenvolvimento de produtos de higiene oral sustentáveis	Pouco importante	2	1,1
	Mais ou menos importante	6	3,2
	Importante	58	31,4
	Muito importante	119	64,3
Aconselhamento por profissionais de saúde oral para o uso de produtos de higiene oral sustentáveis	Sim	21	11,5
	Não	156	85,2
	Nunca fui ao profissional de saúde oral	6	3,3
Conhecimento sobre produtos de higiene oral sustentáveis	Sim	120	64,9
	Não	42	22,7
	Não sei	23	12,4
Tipo de produtos de higiene oral sustentáveis que conhece	Escova dentária	118	98,3
	Fio dentário	52	43,3
	Escovilhões	41	34,2
	Dentífricos	91	75,8
	Elixires	12	10,3
Utilização de produtos de higiene oral sustentáveis	Sim	69	37,3
	Não	85	45,9
	Não sei	31	16,8

No que se refere aos tipos de produtos de higiene oral que os participantes conhecem foram mais frequentemente referidos as escovas dentárias (98,3%) e os dentífricos (75,8%) (Tabela 5).

Relativamente às escovas dentárias sustentáveis 79,7% dos indivíduos (n=55) já tinham usado uma escova sustentável. Destes, cerca de 85% referiram a utilização de escovas de bambu, 43,6% de plástico biodegradáveis e 10,9% escovas de cana-de-açúcar (Figura 1).

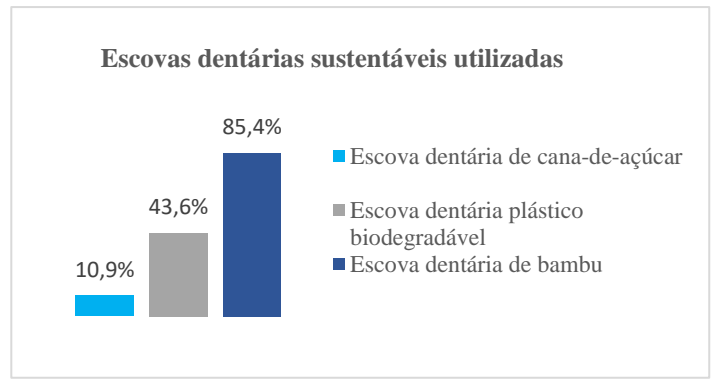


Figura 1. Tipo de escovas dentárias sustentáveis utilizadas.

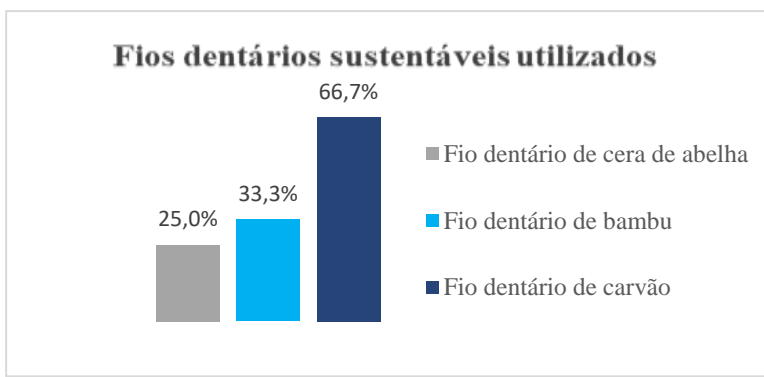


Figura 2. Tipo de fios dentários sustentáveis utilizados.

Cerca de 12 participantes referiram já ter utilizado algum fio dentário sustentável (17,4%). Os tipos de fios mais usados foram o fio de carvão (66,7%) e o de bambu (33,3%) (Figura 2).

Relativamente às pastas dentífricas, 60,9% (n=42) dos participantes já tinham utilizado pastas mais sustentáveis. As mais usadas foram os dentífricos de embalagem de plástico biodegradáveis (76,2%), seguidos dos de embalagem de papel ou cartão (35,7%). (Figura 3)

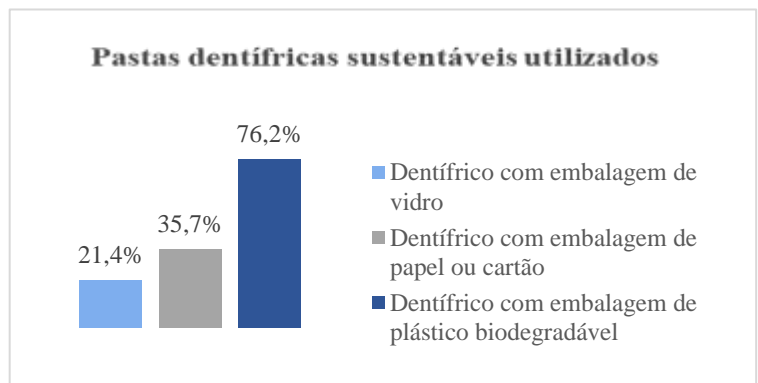


Figura 3. Tipo de pastas dentífricas sustentáveis utilizadas.

Adicionalmente, alguns participantes (n = 10) também mencionaram a utilização de outros produtos de higiene oral sustentáveis, nomeadamente: escovilhões confeccionado com materiais biodegradáveis, fios dentários com embalagem de papel, elixires à base de óleo de coco e pastas dentífricas feitas em casa.

4. Percepção sobre os produtos de higiene oral sustentáveis

Na Figura 4 é representada a opinião dos participantes relativamente à sua satisfação com os produtos sustentáveis.

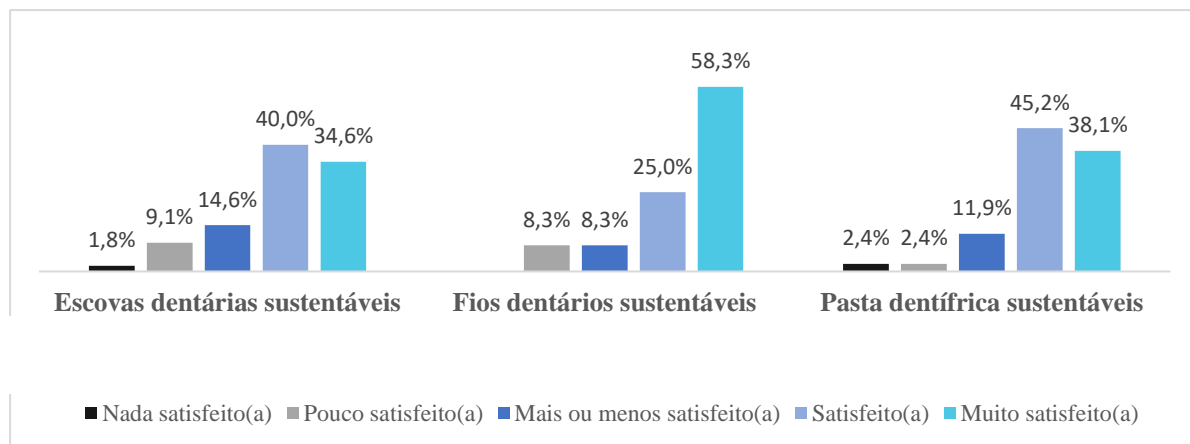


Figura 4. Satisfação em relação aos produtos de higiene oral utilizados

Na Tabela 6 é apresentada a percepção dos participantes relativamente à eficácia dos produtos de higiene oral sustentáveis já utilizados. A maioria dos participantes afirmaram que as escovas dentárias e os fios dentários sustentáveis eram “eficazes” ou “muito eficazes” e recomendariam esses produtos a outras pessoas.

Tabela 6. Opinião sobre a eficácia os produtos de higiene oral sustentáveis utilizados.

Variáveis	Categorias	n	%
Opinião sobre a eficácia das escovas dentárias com materiais confeccionadas biodegradáveis	Muito eficazes, recomendaria a outras pessoas	17	30,9
	Eficazes, recomendaria a outras pessoas	29	52,7
	Não eficazes, não recomendaria a outras pessoas	5	9,1
	Não sei/não tenho opinião	4	7,3
Opinião sobre a eficácia dos fios dentários confeccionadas com materiais biodegradáveis	Muito eficazes, recomendaria a outras pessoas	5	41,7
	Eficazes, recomendaria a outras pessoas	5	41,7
	Não eficazes, não recomendaria a outras pessoas	1	8,3
	Não sei/não tenho opinião	1	8,3

As dificuldades sentidas pelos participantes na implementação de medidas de higiene oral sustentáveis na sua prática quotidiana, estão representadas na Figura 5. Segundo os participantes as maiores dificuldades sentidas foram: o desinteresse pessoal (93,0%), a dificuldade no acesso dos produtos nos estabelecimentos comerciais (69,2%), o preço elevado dos produtos (61,1%) e a dificuldade no acesso à informação sobre esse tema (43,8%). Cerca de 40,0% dos participantes referiram ter dúvidas sobre a eficácia desses produtos e 35,1% afirmaram que tinham dúvidas quando à sua segurança para a melhoria da saúde oral.

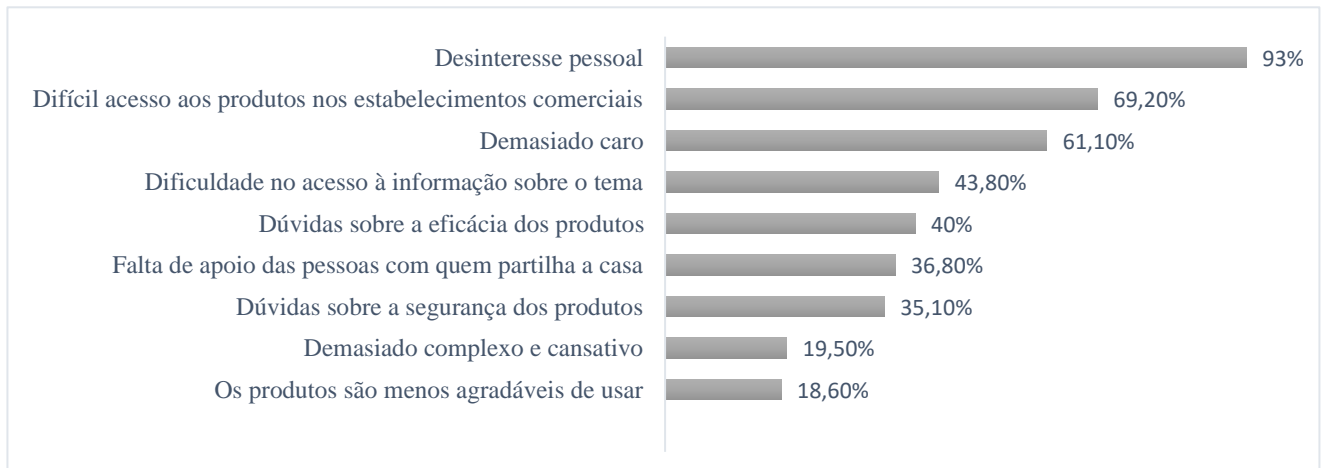


Figura 5. Dificuldades sentidas na implementação de medidas de higiene oral sustentáveis na prática quotidiana.

5. Práticas e percepção relacionadas com um estilo de vida sustentáveis

Relativamente as práticas sustentáveis realizadas na sua rotina diária, cerca de 94,6% dos participantes indicaram que têm o hábito de fechar a torneira enquanto escovam os dentes e 55,1% referiram fazer a reciclagem dos produtos de higiene oral utilizados. No entanto, apenas 34,6% afirmaram procurar produtos de higiene oral mais “amigos do ambiente” (Tabela 7).

Cerca de 47% dos participantes consideraram que têm percepção que as suas ações individuais têm consequências sobre o meio ambiente e 20,5% responderam que não têm o conhecimento suficiente do assunto. No entanto, 31,4% dos participantes referiram que têm interesse de saber mais em relação ao tema (Tabela 7)

Numa autorreflexão sobre questões relacionadas sobre a utilização de produtos sustentáveis, apenas 25,0% dos participantes consideraram fazer tudo o que podem. Cerca de 37% dos participantes consideraram os produtos sustentáveis caros e 10,8% referiram que estes produtos não têm a mesma qualidade que os convencionais (Tabela 7).

Tabela 7. Práticas e percepção relacionadas com a sustentabilidade.

Variável	Categorias	n	%
Hábito de fechar a torneira durante a escovagem dos dentes	Sim	175	94,6
	Não	10	5,4
Procura de produtos de higiene oral mais amigos do ambiente	Sim	64	34,6
	Não	121	65,4
Reciclagem dos produtos que utiliza na sua higiene oral	Sim	102	55,1
	Não	83	44,9
Penso que faço tudo o que posso	Concordo	47	25,4
	Não concordo e nem discordo	61	33,0
	Não concordo	77	41,6
Os produtos mais sustentáveis são muito caros e por isso não consigo utilizá-los	Concordo	68	36,8
	Não concordo e nem discordo	77	41,6
	Não concordo	40	21,6
Sinto que posso fazer mais, mas tenho pouca informação	Concordo	116	62,7
	Não concordo e nem discordo	47	25,4
	Não concordo	22	11,9
Os produtos sustentáveis não têm a mesma qualidade que os outros	Concordo	20	10,8
	Não concordo e nem discordo	89	48,1
	Não concordo	76	41,1
Perspetiva em relação às consequências das suas ações sobre o ambiente	Estou informado e atento	87	47,0
	Não tenho o conhecimento suficiente sobre o assunto	38	20,5
	Não tenho o conhecimento suficiente, mas gostaria de saber mais	58	31,4
	Não tenho opinião/ não me identifico	2	1,1

V. DISCUSSÃO

As medidas de sustentáveis na área da Medicina Dentária vão de encontro com os objetivos do desenvolvimento sustentável propostos pela ONU na agenda 2030. Esta agenda define dezassete metas de desenvolvimento sustentável a atingir até ao ano 2030, de entre os quais, estão incluídos objetivos do desenvolvimento sustentável (ODS) a nível da saúde e bem-estar (ODS 3) e a nível da produção e do consumo (ODS 12). Os objetivos a nível da saúde têm o intuito de promover a adoção de práticas sustentáveis dirigidas às áreas da saúde, bem como, assegurar o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas. No que se refere, ao desenvolvimento sustentável à nível da produção e do consumo, os objetivos são de assegurar a redução do uso dos recursos naturais, dos desperdícios e da poluição do ar e das águas pelas indústrias.^(4,14)

Efetivamente há uma crescente preocupação por parte da população em usar produtos mais amigos do ambiente e, paralelamente, também as empresas aumentam o investimento para o desenvolvimento deste tipo de produtos ecológicos. No entanto, existem ainda vários desafios, por um lado a maior consciencialização dos indivíduos em adotar práticas mais sustentáveis. Por outro lado, na confeção e no marketing de produtos ecológicos, tais como: a necessidade de uma tecnologia sustentável o que por sua vez, requer um grande investimento em pesquisa e desenvolvimento dos mesmos. Os produtos sustentáveis requerem materiais renováveis, recicláveis e o tratamento de resíduos poderão tornar os produtos mais dispendiosos e nem todos os consumidores estão dispostos a pagar ou têm condições para os obter.^(47,48)

Em resultado do maior investimento e preocupação com o ambiente, têm também na área da higiene oral sido desenvolvidos vários produtos de autocuidado mais ecológicos e sustentáveis. Existem vários produtos disponíveis em lojas, hiper e supermercados, mas também tem aparecido muitas lojas on-line com este tipo de produtos. Relativamente às escovas existem escovas confeccionados com materiais 100% biodegradáveis, cujo cabo é feito com matérias-primas naturais como o bambu e a cana-de-açúcar e as cerdas de origem animal (pêlo de porco ou de texugo) ou vegetal, também designadas de *vegan* (com cerdas feitas de óleo vegetal como o óleo de rícino ou incutidas com carvão vegetal).^(49,50) Contudo existe ainda escovas com o cabo é 100% biodegradável (bambu, cana-de-açúcar e amido de milho), mas com cerdas de nylon.⁽⁵⁰⁾

Adicionalmente, também existem no mercado escovas confeccionados com plástico biodegradável (celulose) e escovas de materiais reciclados (como os copos de iogurte e outros

plásticos de polipropileno).⁽⁴⁹⁻⁵¹⁾ Outro aspeto, é a substituição das embalagens de plástico por cartão reciclado ou fibras de papel e as cerdas de nylon extraído de recursos fósseis por nylon de base biológica.^(41, 51)

Relativamente aos fios dentários sustentáveis existe uma variedade de fios confeccionados com materiais 100% biodegradáveis como: o amido de milho, a cera de abelha, a fibra de carvão vegetal e porta fios com aplicador de bambu.^(39,41,42,52,53) Sendo que, estes também são armazenamentos em embalagens sustentáveis, tais como: o vidro, o cartão biodegradável e o plástico reciclado.^(39, 52)

Em alternativa as pastas dentífricas com embalagem confeccionadas à base de propileno ou alumínio ⁽⁴⁵⁾, atualmente são comercializadas pastas dentífricas com embalagens de materiais reciclados, recicláveis e reutilizáveis (como o vidro, cartão) e o plástico biodegradável.^(43, 44, 45)

A utilização desta variedade de produtos, ou de outros que possam surgir, são práticas mais sustentáveis relacionadas com os comportamentos de higiene oral e executadas no dia-a-dia dos indivíduos, e podem ter um impacto positivo no ambiente. Mas, por outro lado, é importante também ter em consideração a qualidade dos produtos, para que estes mantenham a segurança e eficácia para a prevenção de patologias orais, como a cárie dentária e doenças periodontais.⁽⁵⁴⁾ Por isso é necessário responder à questão: “os materiais de higiene oral mais ecológicos/ sustentáveis são ou não uma alternativa segura quando comparadas com as escovas e os fios convencionais?”.

As escovas e fios dentários devem permitir uma correta desorganização e remoção mecânica da placa bacteriana.⁽⁵⁵⁻⁵⁷⁾ Segundo as recomendações da *American Dental Association* (ADA), as escovas dentárias devem ter cerdas de dureza média ou suave, pois estas são eficazes quando utilizadas de forma adequada e reduzem o risco de abrasão dentária e do trauma gengival.⁽⁵⁵⁾

O presente estudo revelou que as pessoas conhecem a existência de vários produtos sustentáveis relacionados com a higiene oral, mas também verificou que apenas perto de um terço dos indivíduos já experimentou este tipo de produtos. Seria importante perceber qual as razões que levam as pessoas a não experimentar ainda este tipo de produtos, mas provavelmente é necessário haver uma divulgação por parte dos profissionais de saúde oral. No entanto, tanto o consumidor, como os profissionais devem ter uma segurança sobre a eficácia dos produtos, pelo que poderá ser útil testar este tipo de produtos relativamente aos produtos mais

convencionais e fabricados com materiais menos sustentáveis. Ou seja, é necessário haver evidência científica sobre a avaliação da eficácia e segurança dos mesmos, demonstrando que são efetivos e uma boa alternativa. A escassez de estudos é devida provavelmente ao facto ser um tema recente e os próprios produtos também ainda recentes. De salientar que, em alguns sites das empresas que comercializam produtos de higiene oral sustentáveis, mencionam que os mesmos são confeccionados que matérias-primas 100% biodegradáveis. Mas, no entanto, não existe evidência científica sobre a veracidade dessa informação e nem sobre a segurança das mesmas. Bem como, o desconhecimento sobre a proveniência dos materiais utilizados e a falta de monitorização do fabrico, são questões que provavelmente suscitam a incerteza sobre a recomendação desses produtos por parte dos profissionais de saúde oral.

Os resultados deste estudo demonstram que os participantes estão despertados para a temática da sustentabilidade e a maioria considerou que é muito importante haver investimento no desenvolvimento desses produtos. No entanto, indicaram dificuldades como o desinteresse, a disponibilidade dos produtos, o preço, as dúvidas sobre a eficácia e a segurança, que podem condicionar a utilização deste tipo de produtos. Ou seja, parece existir um nível elevado de intenção de compra de produtos sustentáveis, mas que não se reflete, obrigatoriamente, na prática da sua utilização.

A literatura refere, que apesar das barreiras relacionadas com o consumo sustentável, alguns consumidores estão mais atentos e sensibilizados para adoção de práticas sustentáveis. ^(11,12,47,51) Como os produtos sustentáveis tendem a ser mais caros do que os produtos convencionais, os consumidores comparam diretamente a ecologia de produtos sustentáveis com a relação custo-benefício. Todavia, os consumidores que já estão predispostos a produtos ecológicos normalmente estão mais recetivos a pagar mais por esses produtos. ^(47,60)

Segundo Rosa L. *et. al* (2021), os fatores que levam os consumidores portugueses a adotar comportamentos sustentáveis são: a influência social, intenção de compra sustentável, a formação de hábitos, os sentimentos e a cognição. A influência social dos indivíduos revela-se crucial na garantia, tanto da adoção de práticas sustentáveis, como na intenção da compra sustentável. Quer isto dizer que, os indivíduos são mais recetivos a adotarem comportamentos praticados e enraizados na comunidade da qual eles fazem parte ou que pareça mais socialmente aceite. ⁽⁵⁸⁾ Para além disso, as normas e valores pessoais também constituem um fator determinante e decisivo na adoção/mudança de comportamentos. Um consumidor que já adote práticas sustentáveis, estará mais predisposto a comprar produtos sustentáveis, pois as suas

decisões de compra são influenciadas por uma crescente consciencialização e inclinação para o consumo sustentável.^(47,58,59)

É importante ressaltar que, os produtos sustentáveis devem cumprir com as expectativas dos consumidores. Sendo que, o marketing dos mesmos deve ser coerente e fidedigno, para evitar o ceticismo ou a descrença. Também, é fulcral que as empresas garantam a qualidade dos produtos. Uma vez que, é um parâmetro fundamental para aumentar a satisfação e a confiança nos produtos sustentáveis.⁽⁴⁷⁾

Uma saúde oral cuidada constitui um pré-requisito fundamental para a saúde geral, tendo um impacto significativo na qualidade de vida, na autoestima e nas relações sociais. A combinação de uma higiene oral adequada com práticas sustentáveis, promove um estilo de vida saudável, num ambiente protegido. Atualmente, é impossível ignorar o impacto que o consumo e as nossas práticas têm sobre nas gerações futuras. Deste modo, é fulcral que as pessoas estejam conscientes da importância deste despertar coletivo, sendo que os profissionais de saúde oral devem estar despertos e informados sobre o assunto.

A sustentabilidade na Medicina Dentária é influenciada por políticas formais, educação, pesquisa e evidência científica. Novas políticas devem ser desenvolvidas a fim de aumentar a relevância das práticas sustentáveis, facilitar o acesso a informação e aos produtos. Em termos da educação, nota-se que a temática da sustentabilidade carece de ser integrada no currículo do pré e pós-graduado, visto que, existe uma grande necessidade de haver um conhecimento aprofundamento sobre esse tema, tanto por parte dos estudantes, como também, pelos profissionais de saúde oral.

O presente estudo apresenta algumas limitações, nomeadamente o tamanho reduzido da amostra e o método de recolha on-line, o que torna a amostra de conveniência e não representativa da população Portuguesa, pelo que a extrapolação dos resultados deve ser efetuada com bastante cuidado. Outra limitação sentida foi a pouca literatura disponível para efetuar comparação dos resultados, sendo o tema recente e pouco estudado. Assim, este estudo pode ser considerado um bom contributo para a temática da sustentabilidade. Sugere-se a realização de estudos futuros que avaliem a eficácia e a segurança dos produtos de higiene oral sustentáveis disponíveis no mercado. Bem como, a avaliação da utilização, das práticas sustentáveis e percepções dos consumidores, abrangendo uma maior percentagem da população, para uma maior compreensão sobre a recomendação à utilização desses produtos.

VI. CONCLUSÕES

- ❖ A maioria dos indivíduos tem uma preocupação relacionada com a qualidade e características específicas dos produtos de higiene oral aquando da compra destes produtos;
- ❖ Verificou-se que os participantes consideraram importante a aquisição de hábitos sustentáveis relacionadas com a higiene oral, no entanto apenas uma minoria utiliza produtos de higiene oral mais amigos do ambiente;
- ❖ Os consumidores de produtos de higiene oral mais sustentáveis consideraram-se satisfeitos com a sua utilização e recomendariam os produtos sustentáveis;
- ❖ Foram identificadas como as principais dificuldades sentidas para aplicar bons hábitos sustentáveis relacionados com a higiene oral: o desinteresse pessoal, a disponibilidade dos produtos e o preço elevado.

VI. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Martin N, Sheppard M, Gorasia G, Arora P, Cooper M, Mulligan S. Awareness and barriers to sustainability in dentistry: A scoping review. *Journal of Dentistry*. 2021; 112:103735.
2. Mulimani P. Green dentistry: the art and science of sustainable practice. *British Dental Journal*. 2017;222(12):954-961.
3. Joury E, Lee J, Parchure A, Mortimer F, Park S, Pine C et al. Exploring environmental sustainability in UK and US dental curricula and related barriers and enablers: a cross-sectional survey in two dental schools. *British Dental Journal*. 2021;230(9):605-610.
4. Ebi K, Harris F, Sioen G, Wannous C, Anyamba A, Bi P et al. Transdisciplinary Research Priorities for Human and Planetary Health in the Context of the 2030 Agenda for Sustainable Development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;17(23):8890.
5. Duane B, Harford S, Ramasubbu D, Stancliffe R, Pasdeki-Clewer E, Lomax R et al. Environmentally sustainable dentistry: a brief introduction to sustainable concepts within the dental practice. *British Dental Journal*. 2019;226(4):292-295.
6. Jaslikowska D. Dentistry and the environment. *BDJ Team*. 2021;8(6):24-25.
7. Lyne A, Ashley P, Saget S, Porto Costa M, Underwood B, Duane B. Combining evidence-based healthcare with environmental sustainability: using the toothbrush as a model. *British Dental Journal* [Internet]. 2020 Sep 1;229(5):303–9. Available from: <https://www.nature.com/articles/s41415-020-1981-0>.
8. United Nations. Sustainability | United Nations. United Nations [Internet]. Available from: <https://www.un.org/en/academic-impact/sustainability>
9. Martin N, Mulligan S. Environmental Sustainability Through Good-Quality Oral Healthcare. *International Dental Journal*. 2022;72(1):26-30.
10. Ebi K, Harris F, Sioen G, Wannous C, Anyamba A, Bi P et al. Transdisciplinary Research Priorities for Human and Planetary Health in the Context of the 2030 Agenda for Sustainable Development. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;17(23):8890.
11. Duane B, Stancliffe R, Miller F, Sherman J, Pasdeki-Clewer E. Sustainability in Dentistry: A Multifaceted Approach Needed. *Journal of Dental Research*. 2020;99(9):998-1003.

12. Menne B, Aragon de Leon E, Bekker M, Mirzikashvili N, Morton S, Shriwise A et al. Health and well-being for all: an approach to accelerating progress to achieve the Sustainable Development Goals (SDGs) in countries in the WHO European Region. *European Journal of Public Health*. 2020;30(Supplement_1): i3-i9.
13. Practical Guide on Stakeholder Engagement and the 2030 Agenda now available in English, Spanish and French | Department of Economic and Social Affairs [Internet]. [sdgs.un.org](https://sdgs.un.org/news/practical-guide-stakeholder-engagement-and-2030-agenda-now-available-english-spanish-and). [cited 2022 Jul 1]. Available from: <https://sdgs.un.org/news/practical-guide-stakeholder-engagement-and-2030-agenda-now-available-english-spanish-and>
14. Chen M, Jeronen E, Wang A. Toward Environmental Sustainability, Health, and Equity: How the Psychological Characteristics of College Students Are Reflected in Understanding Sustainable Development Goals. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021;18(15):8217.
15. Avinash B, Shivalinga B, Jyothikiran S, Padmini M. Going Green with Eco-friendly Dentist. *The Journal of Contemporary Dental Practice*. 2013;14(4):766-769.
16. Martin Nicolas, Smith Lucy, Mulligan Steven. Sustainable Oral Healthcare and the Environment: Mitigation Strategies. *Dentalupdate*. 2021 Jul 30:524-531.
17. Ordem dos Médicos Dentistas [Internet]. Declaração de políticas | Sustentabilidade em Medicina Dentaria - Ordem dos Médicos Dentistas; [cited 2022 Apr 24]. Available from: <https://www.ombd.pt/profissao/fdi/sustentabilidade-medicina-dentaria/>.
18. Eco Dentistry Association [Internet]. [cited 2022 Apr 6]. Available from: <https://ecodentistry.org/>
19. Ahmadifard A. Unmasking the hidden pandemic: sustainability in the setting of the COVID-19 pandemic. *British Dental Journal* [Internet]. 2020 Sep [cited 2022 Apr 24];229(6):343-5. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41415-020-2055-z>
20. Asimakopoulou K, Mills I, Neville P, Scambler S. COVID-19 presents an opportunity for dental teams to become ready for person-centred care. *British Dental Journal*. 2021;231(11):709-712.
21. Mandair R. Green Impact dentistry. *British Dental Journal* [Internet]. 2020 Dec [cited 2022 Apr 24];229(12):759. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41415-020-2513-7>
22. Dean R. PPE: polluting Planet Earth. *British Dental Journal* [Internet]. 2020 Sep [cited 2022 Apr 24];229(5):267. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41415-020-2130-5>
23. de Leon ML. Barriers to environmentally sustainable initiatives in oral health care clinical settings. *Can J Dent Hyg*. 2020 Oct 1;54(3):156-160.

24. Duane B, Croasdale K, Ramasubbu D, Harford S, Steinbach I, Stancliffe R, Vadher D. Environmental sustainability: measuring and embedding sustainable practice into the dental practice. *British Dental Journal* [Internet]. 2019 Jun [cited 2022 Apr 24];226(11):891-6. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41415-019-0355-y>
25. Al-Qarni MA, Shakeela NV, Alamri MA, Alshaikh YA. Awareness of Eco-Friendly Dentistry among Dental Faculty and Students of King Khalid University, Saudi Arabia. *J Clin Diagn Res*. 2016 Oct;10(10): ZC75-ZC78.
26. Duane B, Steinbach I, Ramasubbu D, Stancliffe R, Croasdale K, Harford S, et al. Environmental sustainability and travel within the dental practice. *British Dental Journal*. 2019 Apr;226(7):525–30.
27. Fuertes-Camacho M, Graell-Martín M, Fuentes-Loss M, Balaguer-Fàbregas M. Integrating Sustainability into Higher Education Curricula through the Project Method, a Global Learning Strategy. *Sustainability*. 2019;11(3):767.
28. 4 r's of sustainability - JASA [Internet]. JASA. 2022 [cited 24 April 2022]. Available from: <https://www.jasa.nl/innovations/4-rs-of-sustainability/?lang=en>
29. Vilela C. Os 7 R's da Sustentabilidade: Repensar, Recusar, Reduzir, Reaproveitar, Reutilizar, Reciclar e Recuperar | Mipmed [Internet]. MIPMED. 2021 [cited 24 April 2022]. Available from: <https://mipmed.com/Os-7-R's-da-sustentabilidade-Repensar-Recusar-Reduzir-Reaproveitar-Reutilizar-Reciclar-e-Recuperar>
30. Rosado A. [Internet]. *Marchaecorrída.pt*. 2022 [cited 14 April 2022]. Available from: http://marchaecorrída.pt/uploads/5c2c9c48ef91b_1546427464.pdf
31. Di Fabio A, Rosen M. An Exploratory Study of a New Psychological Instrument for Evaluating Sustainability: The Sustainable Development Goals Psychological Inventory. *Sustainability*. 2020;12(18):7617.
32. Soares M. As escovas ecológicas são uma alternativa segura às escovas convencionais [Mestrado Integrado em Medicina Dentária]. [Faculdade de Medicina Dentário da universidade do Porto]; 2020.
33. Mileksone A. A Quick Guide to an Eco-Friendly Oral Care Routine - Bamboo Toothbrush Bam&Boo [Internet]. *Thebamandboo.com*. 2021 [cited 26 January 2022]. Available from: <https://thebamandboo.com/blogs/the-bam-boo-blog/guide-to-an-ecofriendly-oral-care-routine>
34. Duane B, Ashley P, Saget S, Richards D, Pasdeki-Clewer E, Lyne A. Incorporating sustainability into assessment of oral health interventions. *British Dental Journal*

- [Internet]. 2020 Sep [cited 2022 Apr 24];229(5):310-4. Available from: <https://doi.org/10.1038/s41415-020-1993-9>
35. Cardoso A. Novo projeto da FDI: Sustentabilidade em Medicina Dentária — mds [Internet]. mds. 2021 [cited 15 November 2021]. Available from: <https://mdscommunity.com/blog/novoprojeto-da-fdi-sustentabilidade-em-medicina-dentaria>
 36. Sustentabilidade | Oral-B [Internet]. Oralb.pt. 2022 [cited 20 April 2022]. Available from: <https://www.oralb.pt/pt-pt/saude-oral-sustentabilidade>
 37. Where to Find Sustainable Oral Care: Eco-Friendly Toothbrushes, Toothpaste, Mouthwash & Floss — Sustainably Chic [Internet]. Sustainably Chic. 2022 [cited 20 April 2022]. Available from: <https://www.sustainably-chic.com/blog/eco-friendly-toothpaste-toothbrushes-floss-zero-waste>
 38. The Best Zero-Waste Toothbrushes for Sustainable Mouths! - Zero Waste [Internet]. Zero Waste. 2022 [cited 20 April 2022]. Available from: <https://www.zerowaste.com/blog/the-best-zero-waste-toothbrushes-today/>
 39. Jordan Green Clean [Internet]. Jordan PT. [cited 2022 Apr 24]. Available from: <https://www.jordan-portugal.pt/green-clean/>
 40. Search [Internet]. www.tepe.com. [cited 2022 Apr 24]. Available from: <https://www.tepe.com/global/search/?searchQuery=toothbrush%20sustainable>
 41. TePe® Dental Tape [Internet]. www.tepe.com. [cited 2022 Apr 24]. Available from: <https://www.tepe.com/global/products/floss/dental-tape/tepe-dental-tape/>
 42. Fio Dental Ecológico de Milho 30m (Com Embalagem Reutilizável) [Internet]. Orgânico Natural. [cited 2022 Apr 24]. Available from: <https://www.lojaorganiconatural.com.br/fio-dental-ecologico-de-milho-30m-com-embalagem-reutilizavel-de-vidro>
 43. 300 million toothpaste tubes go to landfill. *British Dental Journal* [Internet]. 2021 Apr 1;230(7):390–0. Available from: <https://www.nature.com/articles/s41415-021-2926-y>
 44. Zero Waste Toothpaste: 12 Plastic Free Products To Sink Your Teeth Into [Internet]. Sustainable Jungle. 2022 [cited 20 April 2022]. Available from: <https://www.sustainablejungle.com/best-of-sustainable-beauty/zero-waste-toothpaste/>
 45. Malea A, Tzotzis A, Manavis A, Kyratsis P. Innovative and sustainable toothpaste packaging design. *J Graph Eng Des.* 2020;11(2):19–29.

46. Resultados de pesquisa por: “pasta dentaria” - Pegada Verde [Internet]. pegadaverde.pt. [cited 2022 Jul 3]. Available from: https://pegadaverde.pt/pt_pt/catalogsearch/result/?q=pasta+dentaria
47. Konuk FA, Rahman SU, Salo J. Antecedents of green behavioral intentions: a cross-country study of Turkey, Finland and Pakistan. *International Journal of Consumer Studies*. 2015 May 20;39(6):586–96.
48. Chen Y. Towards green loyalty: driving from green perceived value, green satisfaction, and green trust. *Sustainable Development*. 2010;21(5):294-308.
49. Terry B. Eco-Friendly Toothbrush Review» My Plastic-free Life [Internet]. My Plastic-free Life. 2011 [cited 2022 Jul 1]. Available from: <https://myplasticfreelife.com/2011/05/eco-friendly-toothbrush-review-and-giveaway/>
50. Escova de Dentes em Bioplástico | TIO Care - Sapato Verde [Internet]. Sapato Verde. 2022 [cited 29 June 2022]. Available from: <https://sapatoverde.pt/produtos/marcas/tio-care/escova-dentes-bioplastico/>
51. Vieira J. Jordan entra no mercado das escovas elétricas com recargas de plástico reciclado [Internet]. *Saude Oral*. 2021 [cited 29 June 2022]. Available from: <https://www.saudeoral.pt/destaques/jordan-entra-no-mercado-das-escovas-eletricas-com-recargas-de-plastico-reciclado/>
52. Fio Dentário - Carvão Ativado 50m [Internet]. pegadaverde.pt. [cited 2022 Jul 1]. Available from: https://pegadaverde.pt/pt_pt/fio-dentario-carv-o-e-menta-50m.html
53. Fan 2022 conference - Senlis (France) 27-29 June 2022 - International Conference on Fan Noise, Aerodynamics, Applications and Systems [Internet]. Fan2022.org. 2022 [cited 29 June 2022]. Available from: <https://www.fan2022.org/>
54. Almeida C. Saúde oral e alterações climáticas [Internet]. *Saude Oral*. 2021 [cited 29 June 2022]. Available from: <https://www.saudeoral.pt/destaques/saude-oral-e-alteracoes-climaticas/>
55. Toothbrushes [Internet]. Ada.org. 2019 [cited 29 June 2022]. Available from: <https://www.ada.org/resources/research/science-and-research-institute/oral-health-topics/toothbrushes>
56. Floss/Interdental Cleaners [Internet]. www.ada.org. 2021. Available from: <https://www.ada.org/resources/research/science-and-research-institute/oral-health-topics/floss>
57. Barros O, Pernambuco R, Tomit N, Salgado M. Escovas Dentais. *Brazilian Dental Science*. 2010;4(1).

- 58.** Rosa L. Fatores-chave que levam os consumidores portugueses a adotar comportamentos pró-ambientais [Mestrado em Gestão]. [ISCTE- Instituto Universitário de Lisboa]; 2021.
- 59.** Bhattacharyya J, Balaji MS, Jiang Y, Azer J, Hewege CR. Socially responsible consumption and marketing in practice: collection of case studies. Singapore: Springer; 2022.
- 60.** Young, W., Hwang, K., McDonald, S., & Oates, C. J. (2010). Sustainable consumption: green consumer behaviour when purchasing products. *Sustainable development*, 18(1), 20-31.

VIX. APÊNDICES

Apêndices I

Questionário “Perceção do consumidor sobre produtos sustentáveis”

Este trabalho é realizado no âmbito da dissertação do Mestrado Integrado em Medicina Dentária da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade de Lisboa. Pretende-se realizar um trabalho de investigação, cujo objetivo é conhecer a perspetiva do consumidor, em relação às práticas e à utilização de produtos de higiene oral sustentáveis/ecológicos disponíveis no mercado.

Para participar neste estudo basta responder a um questionário que demora cerca de 5 minutos a ser respondido.

Os dados recolhidos serão utilizados para fins académicos, sendo o anonimato e a confidencialidade garantidos. A participação no presente estudo é voluntário e poderá desistir a qualquer momento, se assim o desejar. Respondendo ao questionário está a consentir a recolha e o tratamento dos dados fornecidos

Agradeço a sua disponibilidade no preenchimento deste questionário.

Obrigado, desde já, pelo seu contributo.

A investigadora,

Cleuzilena Lopes Barros (cleuzilenabarroscampus.ul.pt)

Perguntas:

Confirmação dos critérios de inclusão

1. Tendo tomado conhecimento sobre a informação acerca do estudo “**Perceção do consumidor sobre produtos sustentáveis**”, declaro que tenho mais de 18 anos e que aceito participar nesta investigação:
 - Sim, aceito participar.** (é necessário aceitar para avançar com o questionário)

2. **É residente em Portugal**
 - Sim
 - Não (termina questionário pois não cumpre os critérios)

Dados demográficos

1. Sexo

- Feminino
- Masculino

2. Idade

- 18-24
- 25-34
- 35-44
- 45-54
- 55-65
- +65

3. Habilitações literárias

- Menos que o ensino básico (9º ano)
- Ensino básico completo (9ºano completo)
- Ensino Secundário completo (12º ano completo)
- Ensino Superior completo

4. Qual a sua ocupação?

- Estudante
- Trabalhador-estudante
- Trabalhador (a)
- Reformado (a)
- Desempregado (a)
- Outra situação.

Qual?.....

Produtos de higiene oral

1. Tem conhecimento de alguns produtos de higiene oral sustentáveis/ ecológicos que existem no mercado?

- Sim
- Não (passa para pergunta 9)
- Não sei

2. Que produtos de higiene oral sustentáveis/ ecológicos conhece?

- Escovas dentárias
- Fio dentário
- Escovilhões dentários
- Pasta dentífrica
- Outro. Qual?.....

3. O seu médico dentista/estomatologista ou higienista oral alguma vez já a aconselhou para a utilização de produtos de higiene oral sustentáveis/ ecológicos?

- Sim
- Não
- Nunca fui ao dentista (estomatologista/ higienista)

4. Considera importante investir no desenvolvimento de produtos dentários sustentáveis, que possam ser recomendados aos pacientes de forma a cuidar da saúde oral e do ambiente?

- Muito importante
- Importante
- Mais ou menos importante
- Pouco importante
- Nada importante

5. Qual a sua maior preocupação quando compra uma escova de dentes?

- Preço
- Suavidade das cerdas
- Sustentabilidade ambiental (produto ecológico)
- Qualidade da escova
- Outro. Qual?.....

6. Qual o tipo de escova dentária que utiliza frequentemente?

- Escova manual de plástico convencional
- Escova manual de plástico com cabeças recarregáveis
- Escova manual de materiais biodegradáveis (por exemplo bambú; cana-de-açúcar; plástico biodegradável)
- Escova elétrica
- Outra. Qual?.....

7. Utiliza fio dentário ou escovilhão?

- Sim
- Não (passa para pergunta 8)

P7.1 Qual a sua maior preocupação quando compra o fio dentário/ escovilhão?

- Preço
- Sustentabilidade ambiental (ecológicos)
- Qualidade
- Outro

8. Algumas vez já usou uma escova dentária confeccionado com materiais biodegradáveis?

- Sim
- Não sei
- Não (passa para pergunta 9)

P8.1 se sim, que tipo de material biodegradável?

- Escova de dentes de bambu
- Escova de dentes de cana-de-açúcar
- Escova de dentes de plástico biodegradável
- Fio dentário de bambu
- Fio dentário de milho
- Fio dentário de carvão
- Fio dentário de cera de abelha
- Pasta dentífrica com embalagem de plástico biodegradável
- Pasta dentífrica com embalagem de vidro
- Pasta dentífrica com embalagem de papel ou cartão
- Outro. Qual?.....

P 8.2 De acordo com a sua experiência qual o grau de satisfação em relação às escovas sustentáveis que utiliza?

- Muito satisfeito(a)
- Satisfeito(a)
- Mais ou menos satisfeito(a)
- Pouco satisfeito(a)
- Nada satisfeito(a)
- Não utilizo ou utilizei escovas sustentáveis

P 8.3 De acordo com a sua experiência qual o grau de satisfação em relação aos fios dentários sustentáveis que utiliza?

- Muito satisfeito(a)
- Satisfeito(a)
- Mais ou menos satisfeito(a)
- Pouco satisfeito(a)
- Nada satisfeito(a)
- Não utilizo ou utilizei escovas sustentáveis

P 8.4 De acordo com a sua experiência qual o grau de satisfação em relação às pastas dentífricas sustentáveis que utiliza?

- Muito satisfeito(a)
- Satisfeito(a)
- Mais ou menos satisfeito(a)
- Pouco satisfeito(a)
- Nada satisfeito(a)
- Não utilizo ou utilizei escovas sustentáveis

P 8.5 De um modo geral, qual a sua opinião quanto à eficácia das escovas de dentes confeccionadas com matérias biodegradáveis?

- Não eficazes, não recomendaria a outras pessoas
- Eficazes, recomendaria a outras pessoas
- Muito eficazes, recomendaria a outras pessoas
- Não sei / Não tenho opinião

- Não usei estas escovas de dentes

P 8.6 De um modo geral, qual a sua opinião quanto à eficácia de fios dentários confeccionadas com matérias biodegradáveis?

- Não eficazes, não recomendaria a outras pessoas
 Eficazes, recomendaria a outras pessoas
 Muito eficazes, recomendaria a outras pessoas
 Não sei / Não tenho opinião
 Não usei fios dentários sustentáveis

Práticas sustentáveis

9. Durante a sua escovagem diária tem o costume fechar a torneira enquanto escova os dentes?

- Sim
 Não

10. Procuo produtos de higiene oral mais amigos do ambiente?

- Sim
 Não

11. Faço reciclagem dos produtos que utilizo na minha higiene oral?

- Sim
 Não

12. Sobre a prática de um estilo de vida mais sustentável / ecológico?

- Penso que faço tudo o que posso
 Os produtos mais sustentáveis são muito caros e por isso não consigo utilizá-los
 Sinto que posso fazer mais, mas tenho pouca informação
 Os produtos sustentáveis não têm a mesma qualidade que os outros produtos

13. Qual a sua perspetiva em relação às consequências que a suas ações individuais têm sobre o ambiente?

- Sinto que estou informado e atento
 Sinto que não tenho o conhecimento suficiente sobre o assunto
 Sinto que não tenho o conhecimento suficiente, mas gostaria de saber mais
 Não tenho opinião/ Não me identifico

14. Que dificuldades sente para aplicar bons hábitos ecológicos/ sustentáveis no seu dia-a-dia? (pode marcar mais do que uma)

- Dificuldade no acesso à informação sobre o tema
 Desinteresse pessoal
 É demasiado complexo e cansativo
 É demasiado caro
 Difícil acesso aos produtos ecológicos nos estabelecimentos comerciais
 Falta de apoio das pessoas com quem partilha a casa
 Tenho dúvidas sobre a eficácia dos produtos

- Tenho dúvidas sobre a segurança dos produtos no que se refere à melhoria da saúde oral
- Os produtos mais ecológicos são menos agradáveis de usar.
- Outro. Qual?.....

Apêndices II



Comissão de Ética

Emissão de parecer

A Comissão de Ética da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade de Lisboa (CE-FMDUL), em reunião de 03 de março de 2022, apreciou o seguinte pedido de parecer:

Código	Título do Estudo
CE-FMDUL202240	"Produtos Dentários Sustentáveis: Práticas e Percepção do Consumidor"
Âmbito	Mestrado Integrado em Medicina Dentária
Investigador principal / Estudante	Cleuzilena Lopes Barbosa Barros
Pertinência do estudo e da sua conceção	Adequados
Benefícios e riscos previsíveis	Avaliação favorável
Avaliação do protocolo	Positiva
Aptidão do investigador principal e restantes membros da equipa	Adequados
Condições materiais e humanas necessárias	Adequadas
Retribuições ou compensações financeiras a investigadores e participantes	Não se aplica
Modalidades de recrutamento dos participantes	Adequadas
Conflito de interesses do promotor ou do investigador	Não referidas
Acompanhamento clínico dos participantes após a conclusão do estudo	Não se aplica
Procedimento de obtenção do consentimento aos participantes	Adequado

A CE-FMDUL deliberou e decidiu emitir **parecer favorável**.

Lisboa, 15 de março de 2022

O presidente

Assinado por: **JOÃO MANUEL DE AQUINO MARQUES**
Num. de identificação: 05031635
Data: 2022.03.15 19:42:03+00'00'

