

A Coluna do Kina

CARTA A UM JOVEM DENTISTA

Letter to a young dentist

Querido(a) jovem dentista,

Obrigado por sua carta. Primeiramente, deixe-me dizer que invejo sua idade e lucidez. Concordo que realmente é difícil começar. Por isso, permita-me discordar de você, pois não creio que em anos passados era mais fácil iniciar na carreira de dentista. Em verdade, desde sempre escuto que o Brasil vive em crise. Aliás, talvez, estejamos vivendo justamente a fase mais otimista que minha geração já presenciou. Nunca na história deste país, estivemos tão em evidência internacional, e nós, brasileiros, tão esperançosos. Por favor, não se queixe como tantos da concorrência desenfreada, da falta de espaço no mercado e das dificuldades de começar uma carreira. Isso não ajuda em nada, e muletas neste momento só atrapalham. Lembre que viver de odontologia será uma corrida de longa distância, e não um *sprint*. Portanto, começar continua sendo difícil, sempre foi assim, por isso, não se sinta rejeitado – complexo de inferioridade não ajuda, atrapalha. Não sinta dó de si mesmo. Não se sinta discriminado. Trabalhe firme que as coisas mudam, e, por favor, quando mudarem, e você estiver por cima, não deixe que a soberba o domine – complexo de superioridade não ajuda, atrapalha. Não sinta dó de ninguém, a não ser que você pretenda realmente ajudá-lo, e não discrimine ninguém. Lembre-se sempre: você é diferente, mas é igual a todo mundo – se é que me entende.

Ok, não quero lhe dar conselhos a respeito de seu trabalho, nem dizer quais caminhos profissionais você deve percorrer. Creio que esse é um assunto seu, e só você com suas convicções e seus medos pode decidir o norte a tomar. Os acontecimentos pessoais e profissionais desenharam seu destino, e por maior que seja seu planejamento, imprevistos o conduzirão a encruzilhadas: confie em sua intuição, ela será sua grande conselheira. Então, em verdade, posso dizer a você o que penso, com base em minha vivência e que, se lhe convier, você pode seguir como orientações de alguém com um pouco mais de experiência (uma forma mais amena de dizer mais velho).

Procure focar no trabalho, e não no dinheiro. Não quero dizer com isso que dinheiro não é importante, mas simplesmente que ele é apenas uma das (boas) consequências do trabalho honesto e bem feito. Geralmente, quem inverte o foco corre *sprints*, mas não chega muito longe.

Entenda que erros não podem ocorrer por ignorância e despreparo, mas não tenha medo de errar, é inevitável – reconheça-os e aprenda com eles.

Trabalhe um pouco antes de partir para uma especialização – experiências podem ajudar a decidir o caminho que você deve trilhar. Faça especialização se sentir necessidade profissional ou vontade pessoal, e o mestrado somente se você tiver pretensões acadêmicas, mas não pare nunca de estudar. Na medida do possível, participe de cursos e congressos. Assine pelo menos uma revista científica e participe de uma associação de nossa classe – não se isole.

Leia tudo que puder. Analise e filtre de acordo com suas verdades, mas não tenha preconceito com a informação. Entenda também que, enquanto estiver lendo, uma grande parte da informação já estará obsoleta, por isso, seja rápido na absorção – aprenda o círculo virtuoso de aprender, desaprender e reaprender. Entretanto, algu-

mas áreas não mudam (ou mudam pouco ao longo do tempo), e alicerçam nosso conhecimento, facilitando a compreensão e o entendimento geral da odontologia, inclusive de novas técnicas e tecnologias. Por isso, entenda o básico. Estude anatomia de cabeça e pescoço. Estude com muito, muito afinco anatomia dentária e oclusão: a lei indissociável da fisiologia de forma-função. Estude os princípios básicos de materiais dentários. Compreenda termos como módulo de elasticidade, resistência, resiliência, corrosão, abrasão, molhabilidade, hidrofobia(filia), tixotropia, opalescência, fluorescência, dentre outros palavrões que se inserem naturalmente nos textos científicos e bulas de produtos. Estude de tal forma que elas fluam livremente em seu



vocabulário. Será um idioma que você vai usar pelo resto de sua vida profissional: o “odontolês”.

Estude administração e economia, e entenda de propaganda e *marketing*. Não fuja da política, entenda-a, para cumprir seu papel de cidadão.

Cuide bem de seus olhos, mãos e, especialmente, de suas costas. Não se descuide, em algum momento, isso fará muita diferença.

Quanto aos materiais, nem sempre um material barato é ruim e nem sempre o material caro é bom, mas, de forma geral, o caro é melhor que o barato. Lembre sempre que caro e barato não estão relacionados a preço, mas sim a custo-benefício.

Compre o quanto antes uma câmera fotográfica e aprenda fotografia odontológica. Documente o que puder.

Aproveite a agenda mais livre do início e treine. Treine preparos dentários em manequins, faça ensaios de sobreposição de resinas compostas, encontre o ponto correto da resina acrílica para confeccionar um elemento provisório, faça testes de polimento. – Enfim, não perca tempo, se quiser realizar algo bem feito, simplesmente treine. Talento é decorrência do treinamento cadenciado, constante e consciente.

Para a vida, nunca se esqueça da família e dos amigos. Escute as pessoas, saiba falar inglês, faça exercícios, aprenda a cozinhar, ouça música, vá ao cinema, teatro e circo, viaje, sorria sempre até virar um hábito, mas não perca a oportunidade de chorar. Tenha um *hobby*, apaixone-se e, quando você estiver confortável pessoal e profissionalmente (eu tenho fé que logo você estará), retribua à sociedade o que você conquistou – seja generoso.

Por fim, se há alguma habilidade essencial que você necessita desenvolver para sobreviver é manter você e seu trabalho conectados ao longo dos anos. Para mim, só existe uma maneira de fazê-lo, que é amar de verdade seu ofício, sentir-se fascinado por sua obra e pela odontologia todos os dias. Depois de um pouco mais de vinte anos de carreira, a única coisa essencial em minha experiência, a única coisa de que estou seguro é que necessito estar interessado e sentindo-me feliz com o que faço, sentado no meu mocho a cada dia. Cada dia é um recomeço e cada paciente é único.

Querido(a) jovem dentista, que seja sempre feliz e orgulhoso de nossa profissão. Vida longa e, por favor, cuide bem de suas costas.

Nota: Esta coluna é inspirada no livro *Cartas a um jovem artista* (*Letters to a Young Artist*, de Peter Nesbett, Shelly Bancroft e Sarah Address. Dart Publishing, LLC. New York, 2005). Nesse livro, reproduzem-se vinte e três cartas escritas por experientes artistas em resposta a uma carta enviada por uma jovem em começo de carreira (propositalmente, a carta é suprimida do livro, para que o leitor imagine seu conteúdo a partir das respostas). Em tons de conversação privada, de meditação, às vezes paternalista, às vezes desafiadora, trava-se um diálogo entre um artista de experiência e um jovem em início de carreira. Com respostas tão variadas quanto seus autores (pessoas de diferentes estilos e origens), são cartas afetuosas que comunicam conceitos, propõem ações, dão conselhos e fazem advertências que alertam possíveis perigos, e iluminam o caminho para quem está prestes a iniciar a caminhada. Entretanto, percebe-se claramente nas repostas o momento de reflexão a respeito da própria carreira de quem escreve a carta.

Da mesma forma, creio, ao escrever esta coluna/carta ao jovem dentista, tive de me deter a pensar e repensar o que aconselhar, filtrar o que fiz e faço certo, mas especialmente o que não fiz e não faço, mas deveria. Assim, um conselho: escreva você também uma carta a um jovem dentista, independentemente de quanto tempo de experiência você tenha. É como escrever a si mesmo – uma boa experiência.

PS.: Se quiser compartilhá-la comigo, será um prazer receber sua carta: sidneykina@gmail.com



Sidney Kina
Cirurgião-dentista, Maringá, Paraná
www.sidneykina.com.br