

bit.ly/prontospraessaconversa  
@compasso.ufrj



Você está se protegendo  
como deve? 🤔

Faça o teste e descubra!

Esse material pertence à Campanha de  
Prevenção da Gravidez na Adolescência  
do Compasso - UFRJ,

**#ProntosPraEssaConversa**



**compasso**  
Ministério de Educação, Administração, Ciência e Tecnologia

**ECO**  
ESCOLA DE COMUNICAÇÃO (UFRJ)



UNIVERSIDADE FEDERAL  
DO RIO DE JANEIRO

# FAÇA O QUIZ E DESCUBRA SE VOCÊ SABE TUDO PARA TER UMA RELAÇÃO SEGURA!

Sempre alertamos sobre os perigos do sexo sem proteção e o que se deve fazer para ter uma relação segura. Mas esse é um assunto que rende **muitas dúvidas**. Por isso, preparamos um quiz de 10 perguntinhas para **vocês saberem se estão indo pelo caminho certo**.

Informação boa é informação compartilhada. Não se esqueça de enviar o quiz para os seus amigos.

**Agora, vamos lá e rumo ao gabarito!**

# 1. Você já teve alguma relação desprotegida?



- A) Cruzes, morro de medo de engravidar
- B) Quando não? hahah
- C) Algumas vezes dei esse mole
- D) Nunca! Camisinha e identidade são coisas que não esqueço

**Resposta: Letra D**

**Camisinha é item obrigatório!** Além do perigo da gravidez indesejada, o sexo desprotegido também pode transmitir ISTs (Infecções Sexualmente transmissíveis).

# 2. Qual melhor forma de se proteger das ISTs?

- A) Pílula
- B) DIU
- C) Preservativo
- D) Lubrificante

**Resposta: Letra C**

Preservativos, por que tão maravilhosos? Diversos tamanhos, sabores e formatos (não vamos esquecer que existe o feminino e o masculino). Em nosso **Manual de Sobrevivência da Primeira Vez** nós te ensinamos como colocar, confere lá em [bit.ly/prontospraessaconversa](https://bit.ly/prontospraessaconversa)

### 3. Se seu parceiro(a) estiver sem camisinha, você:

- A) Ah, é só uma rapidinha
- B) Fico com medo, mas a gente combina de tirar antes...
- C) Sempre faço sem camisinha e nunca aconteceu nada
- D) Deixo para outro dia, sem camisinha não rola

**Resposta: Letra D**

Melhor procurar uma farmácia 24h ou assistir a uma série, mas não cometa o erro de fazer sem camisinha!

### 4. Qual desses é um método contraceptivo eficaz?

- A) Chá de canela
- B) Anticoncepcionais
- C) Cartelinha
- D) Coito interrompido

**Resposta: Letra B**

Até que essa tava bem fácil, mas além dos anticoncepcionais existem os preservativos, o DIU, as injeções, o diafragma, entre outros. E o melhor, diversos deles são disponíveis gratuitamente nos postos de saúde! Para saber mais, acesse nossa **cartilha sobre métodos contraceptivos “Além da camisinha”**, em [bit.ly/prontospraessaconversa](https://bit.ly/prontospraessaconversa)

## 5. Por que o coito interrompido não funciona?

- A) Porque o esperma também pode aparecer antes da ejaculação
- B) Porque a mulher pode estar no período fértil
- C) Ele não funciona????
- D) Porque alguns caras não sabem a hora de tirar

**Resposta: Letra A**

Por mais que o cara tenha tirado na hora certa, e a mulher não esteja no período fértil, pode vir bebê por aí. Isso porque, mesmo antes da ejaculação, o fluido pré-ejaculatório pode ser liberado, e ali já contém espermatozoides.

## 6. Existe lubrificante ideal?

- A) Óleo de coco extra virgem
- B) Saliva é de graça né
- C) Aqueles à base de água
- D) Vaselina

**Resposta: Letra C**

Sim, ele existe! Isso porque os lubrificantes à base de óleo podem prejudicar a eficácia do preservativo e consequentemente te deixar desprotegido. Então, procure por aqueles que têm água em sua composição. E, gente, atenção: saliva nem lubrificante é!



## 7. Tive uma relação desprotegida e agora?

- A) Vou atrás de uma pílula do dia seguinte e ao médico checar se tá tudo ok
- B) Começo a ver o preço da fralda
- C) Compro logo um teste de gravidez
- D) Confio porque sei que ele tirou/eu tirei antes

### Resposta: Letra A

Mas muita calma nessa hora! **A pílula do dia seguinte não pode ser tomada sempre**, é no máximo 1 por ano e para **EMERGÊNCIAS**. O certo é se proteger antes, de outras formas. Além disso, é importante procurar um médico para ter certeza que, durante a relação desprotegida, você não contraiu uma IST (Infecção Sexualmente Transmissível).

## 8. Você sabe o que é PEP?

- A) Nunca ouvi falar
- B) Profilaxia pós exposição
- C) Programa especial de cancelamento
- D) Profilaxia pré exposição

### Resposta: Letra B

Transou sem camisinha? Você precisa procurar uma unidade de saúde e solicitar a PEP. É uma medida de prevenção de urgência à infecção pelo HIV, hepatites virais e outras Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs). Os medicamentos devem ser tomados em até 72 horas após o sexo desprotegido.

## 9. Afinal, de quem é a responsabilidade da camisinha?

- A) O homem que vai usar, então é dele
- B) De quem quer transar
- C) Se ela não quer engravidar, que use kkkk
- D) Da sorte de quem lembrar

### Resposta: Letra B

Ok, essa é bem simples: se você quer transar, é seu DEVER se lembrar da camisinha. Pode ser a camisinha feminina (para pessoas com vagina) ou masculina (para pessoas com pênis), mas o que não dá é fazer sem!

## 10. Como as ISTs são transmitidas?

- A) Por meio de qualquer contato sexual sem o uso de preservativo
- B) Apenas pelo sexo oral
- C) Unicamente pelo beijo
- D) Somente quando não se usa preservativo na penetração

### Resposta: Letra A

Fique atento: se houver contato oral, vaginal ou anal sem proteção, há o risco de transmissão de IST. Obs: um preservativo para cada região, não se esqueça de trocar!

# PONTUAÇÃO

Conte seu número de acertos e descubra o quanto você sabe sobre uma relação sexual protegida!

## **Entre 0 e 5: TOTALMENTE DESPROTEGIDO**

Pare imediatamente o que estiver fazendo e vai ler nossas outras cartilhas, você precisa de uma intervenção sobre sexo seguro!

## **Entre 6 e 9: O MESMO QUE USAR MÁSCARA NO QUEIXO**

Você até sabe o que tem que fazer, tá com tudo em mãos, mas deixa escapar algo. Fique atento e não se esqueça mais.

## **10: 100% PROTEGIDO**

**Parabéns, você gabaritou o quiz!!!!** Com certeza você não esquece a camisinha e sabe como ter uma relação sexual segura. Continue nesse caminho.





# CONHEÇA A CAMPANHA DO COMPASSO

## O que é o Compasso - UFRJ?

O **COMPASSO** é o Laboratório de Comunicação Publicitária Aplicada à Saúde e à Sociedade, projeto de extensão da Escola de Comunicação da UFRJ.

## A Campanha de Prevenção da Gravidez na Adolescência

A **Campanha de Prevenção da Gravidez na Adolescência do COMPASSO UFRJ** foi lançada no dia 24 de maio de 2021 com o objetivo de comunicar de forma efetiva sobre o tema para e com adolescentes de 15 a 19 anos, principal faixa etária relacionada à incidência da gestação precoce indesejada.

Com a missão de abordar o assunto a partir de orientações científicas, socioculturais e humanas, o COMPASSO buscou referências seguras, balizadas por especialistas de diversas áreas, como Medicina, Biologia, Psicologia, Serviço Social, Pedagogia, entre outros campos do saber que atravessam o assunto.

Realidade de 44 a cada mil adolescentes entre 15 e 19 anos no mundo de acordo com o Fundo de População das Nações Unidas, a gravidez na adolescência é um problema multidisciplinar, questão de saúde coletiva e com importantes implicações socioeconômicas, especialmente quanto à garantia de direitos e ao acesso justo à educação. No Brasil, os números superam a média mundial, com 62 mães para cada mil adolescentes, incidindo principalmente entre populações de vulnerabilidade social.

**Referências:** MINISTÉRIO DA SAÚDE. Conheça os métodos contraceptivos oferecidos pelo SUS. Blog do Ministério da Saúde. 14 set. 2016. Disponível em: <<http://www.blog.saude.gov.br/index.php/materias-especiais/51645-saiba-mais-sobre-os-metodos-contraceptivos-oferecidos-pelo-sus>>. Acesso em: 03 jul. 2021.

DA REDAÇÃO. 5 substitutos de lubrificantes que você nunca deveria usar. ISTOÉ, 29 jun, 2020. Disponível em: <<https://istoe.com.br/5-substitutos-de-lubrificante-que-voce-nunca-deveria-usar/>>. Acesso em: 03 jul. 2021.

SECRETARIA DE ESTADO DE SAÚDE DE MINAS GERAIS. Sexo seguro. Disponível em: <<https://www.saude.mg.gov.br/sexoseguro>>. Acesso em: 03 jul. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Perguntas frequentes PEP. Disponível em: <[http://www.aids.gov.br/pt-br/aceso\\_a\\_informacao/faq/pep](http://www.aids.gov.br/pt-br/aceso_a_informacao/faq/pep)>. Acesso em: 03 jul. 2021.

## ORGANIZAÇÃO

**compasso**  
Observatório de Comunicação, Políticas, Práticas e Saberes em Saúde e Ambiente

**ECO**  
ESCOLA DE COMUNICAÇÃO (EUF)



UNIVERSIDADE FEDERAL  
DO RIO DE JANEIRO

## PARCERIAS

 **NITERÓI**  
SEMPRE À FRENTE

 **ICICT**  
Instituto de Comunicação e Informação  
Científica e Tecnológica em Saúde

Laboratório de  
Comunicação e Saúde

LESex 

