



# CARTILHA DE SEGURANÇA FEMININA



# Sumário

<b>Introdução.....</b>	<b>5</b>
<b>1. Normas gerais de segurança.....</b>	<b>7</b>
<b>2. Em casa.....</b>	<b>7</b>
<b>3. Para quem mora em condomínios.....</b>	<b>11</b>
<b>4. Nas ruas .....</b>	<b>12</b>
<b>5. Nas compras .....</b>	<b>14</b>
<b>6. No restaurante ou lanchonete .....</b>	<b>17</b>
<b>7. No banco .....</b>	<b>18</b>
<b>8. No trabalho (fora do lar) .....</b>	<b>19</b>
<b>9. Em ônibus e rodoviárias .....</b>	<b>20</b>
<b>10. Em aeroportos .....</b>	<b>22</b>
<b>11. Levando e trazendo os(as) filhos(as) para a escola .....</b>	<b>24</b>
<b>12. Golpes mais frequentes contra a mulher .....</b>	<b>25</b>
<b>Conclusão .....</b>	<b>31</b>

## Introdução



A segurança da mulher, assim como qualquer outra pessoa em São Paulo ou no Brasil, merece a devida atenção por parte de todos, não apenas das autoridades públicas, mas da comunidade em geral e é claro, das próprias mulheres.

E é esta a finalidade desta pequena cartilha. Construir uma cultura de prevenção, onde todos participam e o resultado é uma qualidade de vida melhor no aspecto da segurança pública para toda a comunidade.

Medidas básicas de prevenção que reduzam ou eliminem oportunidades para a ação de delinquentes, aliadas às ações que a Polícia Militar de São Paulo tem implementado para melhorar a segurança dos cidadãos e cidadãs em geral, podem produzir cada vez mais adequados níveis de segurança pública para todos e todas, pois uma segurança efetiva não depende apenas das ações

policiais, mas da união e participação da sociedade como um todo. Esta conscientização e participação podem dar a resposta para problemas que seriam de mais difícil solução, se baseadas apenas nas intervenções do Estado, por seus órgãos de segurança pública ou por ações isoladas de cada cidadão ou cidadã. É importante destacar que as medidas aqui propostas são de fácil execução e não exigem gastos, pois na sua maioria envolvem apenas mudança de atitude. Assim, propomos nesta cartilha simples, de fácil leitura e compreensão, idéias para que todos e todas construam uma sociedade cada vez mais segura não apenas para a mulher, objetivo principal deste trabalho, mas para todo cidadão e toda cidadã Paulistana. Uma vez mais é importante lembrar, que para uma segurança efetiva, a prevenção é o melhor caminho.

**“Quem não previne o crime colabora com ele!”**

## 1. Normas gerais de segurança:

a. A melhor forma de se ter segurança é com medidas preventivas.

b. Todas as pessoas que utilizam um ambiente ou nele exercem uma atividade são responsáveis pela segurança deste.



c. Nunca tenha armas em casa, principalmente se tiver crianças. Armas aumentam o fator de risco, não de segurança.

d. Procure manter a atenção constante sempre que for às ruas.

e. Não confie na memória, principalmente no que diz respeito a procedimentos de segurança. Se não tem certeza, cheque pessoalmente (trancamento de portas e janelas, do carro, ligação de alarmes e outros).

f. Nunca reaja quando for abordada por um delinquente. Entregue o que ele lhe pede para que vá embora logo. Isto aumenta muito a sua segurança neste momento.

g. Nunca deixe de acionar a Polícia Militar pelo telefone 190 sempre que necessário, cada vez que alguém deixa de acionar a polícia, aumenta-se a impunidade e incentiva-se as ações dos delinquentes.

## 2. Em casa

a. Estar em casa permite um nível de segurança maior, mas é importante procurar melhorar ainda mais esta segurança com medidas preventivas.



b. Lembre sempre de trancar portas e janelas quando for sair e manter as portas fechadas e trancadas quando estiver em casa, mesmo de dia.

c. Se sua casa tem janelas muito perto da porta, evite deixar a chave na fechadura, pelo risco do delinquente conseguir alcançá-la pondo o braço para dentro através dela e destrancar a porta.

d. É importante que a porta que dá para a rua tenha visibilidade para quem chega poder ser verificado visualmente antes de entrar na sua casa.

e. Jamais abra a porta sem ter certeza de quem bate.

f. Nunca aceite serviços que não pediu, ainda que sejam de graça e quem o oferece ser muito gentil e simpático.

**g.** Guarde seu dinheiro em lugar seguro, isto é, de difícil acesso para quem não é de casa.



**h.** Nunca guarde grandes quantidades de dinheiro em casa.

**i.** Tome cuidado com empregados eventuais, que podem praticar delitos em sua residência ou obter informações e repassá-las para delinquentes.

**j.** Se você mora só, procure manter contato regular com vizinhos em quem tenha confiança, estabelecendo com eles uma rede de ajuda e de proteção recíproca.

**k.** Tenha se possível, uma extensão do telefone no seu quarto ou tenha ali um celular para os casos de precisar chamar a polícia pelo número 190, em caso de sua residência ser invadida.

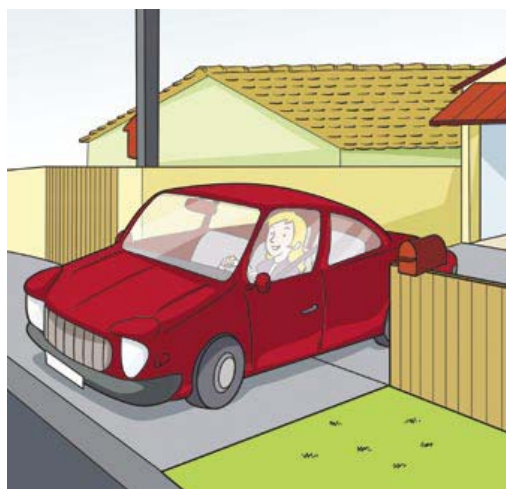
**l.** Tenha sempre em local certo telefones de emergência, de parentes ou pessoas a quem possa pedir ajuda, para dispor deles quando precisar.

**m.** Ao anotar estes números, seja em uma lista manuscrita, seja no celular, evite colocar indicações como: pai, filho, filha, neto, sobrinho. Coloque de preferência o apelido dessas pessoas, pois se o celular ou a lista cair em mãos de delinquentes será mais difícil que eles usem estas informações para outros delitos contra aquelas pessoas e contra você.

**n.** Mantenha atenção constante ao entrar e sair de sua residência. Muitos delinquentes abordam suas vítimas nesta hora porque estão distraídas

**o.** Se for se ausentar por um tempo mais prolongado, dar a impressão de que alguém permanece em casa ajuda a melhorar a segurança de sua residência.

**p.** Evite deixar luzes externas acesas durante viagens que fizer, pois isto denuncia que não há ninguém em casa.



**q.** Acúmulo de correspondência, bem como jornais e revistas não recolhidas, dão também a impressão de que os moradores estão ausentes. Peça para a agência do correio mais próxima ou para a empresa que entrega os jornais e as revistas suspender a entrega enquanto estiver fora, ou peça ajuda de um vizinho para recolhê-la.

**r.** Cães reforçam a segurança, desde que não sejam muito bravos, o que pode gerar acidentes com familiares, vizinhos ou empregados eventuais, como diaristas, por exemplo.

**s.** Nunca deixe a chave escondida no jardim da casa, embaixo do capacho ou dentro de um vaso: os delinquentes conhecem todos os esconderijos.

**t.** Sempre esteja atenta ao chegar e sair de casa, principalmente se não há visibilidade de dentro para fora ou vice-versa em sua casa. Delinquentes costumam emboscar vítimas ao sair de casa ou dominá-las quando chegam, aproveitando da pouca visibilidade que o local possa permitir e da distração das vítimas.

### **3. Para quem mora em condomínios**

**a.** Facilite o trabalho do pessoal de portaria identificando as pessoas que não moram no condomínio no momento que estiver entrando com elas.

**b.** Se o acesso da garagem fica fora das vistas do porteiro, preste atenção no momento de entrar e sair para não permitir a aproximação de estranhos ou mesmo acesso furtivo para o interior do condomínio enquanto o portão se fecha.

**c.** Ainda que haja uma boa segurança no seu condomínio, nunca confie totalmente nela e sempre verifique quem bate à sua porta antes de abri-la, principalmente quando não houve aviso da portaria de que alguém iria até seu apartamento.

**d.** Instale um “olho mágico” em sua porta se não houver outra forma de ver quem bate à sua porta.

**e.** Se você mora só, deixe à disposição do síndico ou do porteiro, telefones de contato de pessoas a quem se deva comunicar problemas ou pedir ajuda, para casos em que você não possa fazê-lo em momentos de necessidade.

### **4. Nas ruas**

**a.** Ir às ruas é o momento que requer mais atenção, pois nesta hora se está mais vulnerável.

**b.** Lembre que os delinquentes muitas vezes escolhem suas vítimas pelos bens que elas carregam, por isso evite portar jóias ou bens de valor quando sair só.

**c.** Evite usar uma bolsa de maior valor nas ruas. Tenha para estas ocasiões uma mais simples, deixando aquela “de marca” para ocasiões especiais.

**d.** Procure sempre andar acompanhada quando levar



bens de valor como o dia de ir ao banco ou às compras.



**e.** Sempre esteja atenta ao que acontece ao seu redor.

**f.** Se for de carro, lembre que objetos de valor como bolsas, carteira, celular, não devem estar à vista, pois isto atrai a ação do delinquente.

**g.** Coloque tais coisas em lugares mais seguros: no porta-luvas se couber, embaixo do painel, sob suas pernas enquanto sentada ao volante.

**h.** Use os espelhos retrovisores também para ver o que acontece na parte de trás do veículo: delinquentes costumam se aproximar por trás

para abordar suas vítimas.

**i.** Mantenha os vidros fechados principalmente ao parar em semáforos.

**j.** Reduza o tempo de permanência parada no semáforo, diminuindo a velocidade do seu veículo quando ainda está distante do cruzamento e percebe que o sinal vai fechar.

**k.** Se for abordada por um delinquente que lhe manda descer do carro em que está, saia imediatamente passando entre ele e a lateral do carro e não entre ele e a porta que estará aberta, conforme a figura abaixo. Há mais segurança quando feito desta forma.



**l.** Se houver uma criança pequena no banco de trás, pegue-a enquanto ainda está dentro do carro e saia com ela nos braços. Jamais tente sair primeiro e pegá-la pela porta de trás, isto aumenta o risco para você e para a criança.

**m.** Levar uma bolsa “falsa” para tentar enganar o delinquente é desaconselhável, pois se ele perceber que foi enganado quando você ainda está ao alcance dele, poderá querer lhe agredir como forma de vingança.

**n.** Estacionar seu carro num estacionamento fechado é muito mais seguro que deixá-lo na rua.

**o.** Remova a frente do equipamento de som e tire da vista outros objetos que poderiam despertar o interesse de delinquentes.

**p.** Nos dias de frio, sua bolsa poderá ser usada pendurada no ombro, mas por baixo do casaco, se o tamanho da bolsa e do casaco forem compatíveis.

## 5. Nas compras



**a.** Se for comprar roupas ou bolsas, pense um pouco na segurança que elas lhe fornecerão conforme os critérios que sugerimos abaixo, lembrando que muitos delinquentes escolhem, por exemplo, uma vítima para um delito conforme o tipo de bolsa e a forma como ela a carrega:

- Roupas: bolsos são amigos da segurança (quanto mais bolsos, mais segurança para os seus bens).

- Bolsos em lugares menos acessíveis ao delinquente protegerão melhor seus bens: na parte da frente do corpo, na parte interna de jaquetas e paletós e nas pernas (como nas

roupas estilo militar) são os melhores.

- Veja também se os bolsos são largos e profundos o suficiente para comportar sua carteira ou outros bens de valor que você use com frequência, como celulares, Ipods, palm tops e outros.

- Calças sem bolso obrigam quem a usa a levar na mão objetos que precisariam estar em melhores condições de segurança, como carteiras, celulares e outros, o que facilita a ação de delinquentes.

- Bolsas que possuam um compartimento mais protegido para carteira e objetos de valor facilitam a sua segurança.

- Bolsas com detalhes que reforcem a parede externa da bolsa (pequenos bolsos externos, abas e sobreabas, tecido duplo, costuras de reforço) ou com tecido reforçado (couro duplo ou com intertela de reforço) dificultam cortes e retirada de bens do interior da bolsa pelo delinquente.

- Bolsas com alças longas que podem ser colocadas à tiracolo oferecem uma certa vantagem, pois são mais difíceis de serem arrebatadas e deixarão suas mãos livres para o manuseio de produtos; neste caso deixe a bolsa sempre à frente do corpo, ainda que atrapalhe um pouco a escolha da mercadoria.

- Bolsas sem fecho atraem o interesse de delinquentes, pois um fecho ainda que simples, sempre é um obstáculo a mais para quem quer tomar ilícitamente o que é seu.

- Mochilas podem ser adquiridas e usadas com segurança se forem colocadas à frente do corpo sempre quando estiver em locais com aglomeração de pessoas.



**b.** Sempre deixe sua bolsa à vista, de preferência junto ao corpo.

**c.** Bolsas colocadas às costas facilitam a ação dos delinquentes.

**d.** Evite abrir bolsas ou carteiras em locais de aglomeração de pessoas.

**e.** Se isto for inevitável, procure ser a mais discreta

possível nos seus gestos.

f. No supermercado jamais deixe sua bolsa no carrinho enquanto faz suas compras.

## 6. No restaurante ou lanchonete

a. Lembre de colocar sua bolsa em local de segurança, de preferência á sua vista permanentemente.

b. Jamais deixe bolsas ou carteiras sobre o balcão.

c. Dispositivos á venda no comércio que prendem a bolsa na cadeira ou na mesa ajudam muito a segurança dela.



d. Evite sentar em mesas que ficam de costas para locais onde passam muitas pessoas dentro do estabelecimento, como corredores ou portas de acesso.

e. Ficar com as costas para a parede pode dificultar a aproximação de delinquentes aos bens que você leva: sua bolsa, sacola com compras e outros, enquanto vc faz sua refeição, bem como lhe dá uma melhor visão do que ocorre à sua volta .

f. Tome cuidado quando alguém lhe procura dizendo para tirar seu carro de onde está estacionado, pois pode ser uma tentativa de roubo dele. Ao sair você poderá ser abordada por delinquentes que lhe arrebatarão seu veículo. Para evitar isso:

- Sempre deixe seu carro em estacionamento fechado quando houver um próximo.
- Evite deixar seu carro de forma que atrapalhe a saída de outros veículos.
- Se alguém lhe pedir para ir ao estacionamento peça para que mais alguém a acompanhe.

## 7. No banco



a. Faça todas as transações que puderem ser feitas pela Internet.

b. Nunca peça ajuda de estranhos, principalmente quando se oferecem para ajudar. Se tiver dificuldades com o caixa automático, peça ajuda de um funcionário do banco que sempre estará identificado.

c. Evite carregar consigo quantidades maiores de dinheiro, principalmente ao sair do banco.

**d.** Quando tiver que buscar dinheiro no banco procure ir com algum parente ou amigo na ida e na volta principalmente.



**e.** Ao sacar dinheiro, oculte suas ações o máximo possível, pois muitos delinquentes observam quem está sacando e seguem a vítima para depois assaltá-la ou repassam informações para assaltantes que fazem emboscadas para as vítimas fora do banco.

**f.** Nunca entregue seu cartão magnético na mão de pessoas estranhas que se ofereçam para ajudar. Muitos delinquentes quando conseguem se apoderar dele não o devolvem ou devolvem outro, ficando com o cartão verdadeiro.

**g.** Se o seu cartão magnético ficar preso no caixa automático, peça ajuda imediatamente ao funcionário mais próximo e não se afaste daquele caixa até reavê-lo. Os caixas automáticos de hoje são projetados para não prender o cartão. Quando isto acontece pode ser um golpe no qual o delinquente instala um simulacro (“chupa-cabras”) sobre o leitor de cartões que prende o cartão da vítima. Quando esta vai embora ele o retira e se apropria do cartão, além da senha que fica registrada no simulacro.

## **8. No trabalho (fora do lar)**

**a.** Lembre que todas as pessoas que ocupam um ambiente ou quando ali exercem uma atividade são também responsáveis pela segurança deles.

**b.** Colabore com a segurança no que estiver ao seu alcance.

**c.** Peça a intervenção das pessoas responsáveis para resolver problemas de segurança que constatar no seu trabalho que eventualmente não tenha sido percebidos pela administração do local.

**d.** Evite aceitar encargos que envolvam riscos que sente que teria dificuldade de resolver sozinha. Exemplos: abrir e fechar uma loja sozinha, levar somas maiores de dinheiro ao banco.

**e.** Se precisar lidar com dinheiro e estiver em contato com público, como caixa de uma loja por exemplo, é importante que trabalhe em um local onde não fique em isolamento total de outros funcionários, pois isto poderia permitir que fosse abordada por um delinquente num assalto sem que ninguém visse.

## 9. Em ônibus e rodoviárias

**a.** Evite abrir sua carteira já no ponto de embarque para pegar o ônibus. Separe antes o dinheiro necessário para a passagem em um lugar de fácil acesso, pois pontos de ônibus e terminais de transporte coletivo, principalmente quando mais movimentados, são preferidos por ladrões.

**b.** Procure sempre ficar próxima ao cobrador ou ao motorista durante a maior parte do trajeto;

**c.** Se enquanto sentada tiver que colocar sacolas no chão, cuide para que alguma delas não seja puxada por baixo do banco;



**d.** Traga sempre sua bolsa, onde carrega dinheiro, cartões e cheques junto ao corpo. Nunca o deposite no banco, ainda que momentaneamente.

**e.** Sempre traga sua bolsa à frente do corpo.

**f.** Ao aguardar para viajar para outra cidade, procure sentar em local que permita controlar visualmente suas malas e pertences.

**g.** Se não houver lugar para sentar procure ficar de costas para uma parede e junto a ela.

**h.** Mantenha controle permanente sobre crianças e jamais permita que vão sozinhas ao banheiro ou se afastem de você sob qualquer pretexto.



**i.** Lembre que deverá ter os documentos de identidade sua e da(s) criança(s) ou adolescente(s) que estiver levando junto em sua viagem.

**j.** Jamais aceite ofertas de alimentos, principalmente bebidas, de pessoas estranhas quando estiver acompanhada de crianças.

## 10. Em aeroportos

**a.** Colabore sempre com a segurança dos aeroportos e aeronaves, pois a segurança de um é a segurança de todos.

**b.** Antecipação nos procedimentos e cuidados que se deve ter antes de viajar de avião, não são apenas uma questão de segurança do aeroporto ou de conveniência das empresas aéreas, mas também da sua segurança, pois pessoas atrasadas tendem a ser mais distraídas, esquecem objetos importantes e são vítimas preferenciais, pois percebem menos o que acontece ao seu redor e assim podem opor menos dificuldade às estratégias de delinquentes que ali estejam.

**c.** “Check-ins” antecipados (via internet) ou feitos com mais tempo ajudam a ter mais segurança também contra delinquentes.

**d.** Procure despachar sua bagagem assim que puder, verificando antes as condições de trancamento delas.

**e.** Procure deixar para utilizar equipamentos (“lap tops”, “palm tops” e outros) que traga, quando já estiver na área restrita do aeroporto para passageiros.

**f.** Se necessitar fazer refeições e não quiser fazê-las na área restrita a passageiros do aeroporto, procure prestar atenção permanente aos seus pertences e desconfie de pessoas que insistem em conversar com você, principalmente se o local estiver lotado.

**g.** Evite levar objetos de valor como “lap tops”, por exemplo, em pastas que denunciem que ali vai um equipamento desta natureza.

**h.** Cuidado com a empolgação de chegar a um lugar novo ou de rever pessoas queridas, para que isso não seja aproveitado por delinquentes ou resulte em esquecimentos de pertences e bagagens.

**i.** Nunca leve coisas que são proibidas para aeroportos, pois se isto colocar em risco a segurança das pessoas, não apenas poderá ser apreendido, você mesma poderá ter complicações com órgãos de segurança e até mesmo ser vítima de tais coisas, se forem arrebatadas por pessoas mal intencionadas. Se tiver dúvidas sobre algo que pretende levar consulte antes o serviço de segurança do aeroporto (INFRAERO).

## **11. Levando e trazendo os(as) filhos(as) para a escola**

**a.** Evite parar em fila dupla para apanhar seus filhos(as), se não houver uma área de segurança controlada para embarque e desembarque na frente das escolas nos horários de entrada e saída de aulas.

**b.** Lembre que como você não gostaria de ter seus filhos(as) ameaçados por motoristas imprudentes, a segurança de todos(as) dependem de prudência ao volante, por isso: colabore com a segurança do trânsito.

- c. Acerte com a escola quais são as pessoas autorizadas a apanhar seus filhos e que se restrinja a elas este trabalho. Crianças que são buscadas por pessoas diferentes de cada vez deixam a segurança da escola desorientada e com pouca condição de cuidar delas de forma eficaz. Sequestradores podem se valer disso para arrebatá-las suas vítimas.
- d. Colabore com a segurança da escola, seguindo procedimentos por ela estabelecidos como identificação do seu veículo, horários e locais estabelecidos para entrada e saída, uso de autorizações para saída antecipada da aula.
- e. Sempre questione o estabelecimento escolar quanto à segurança que as crianças recebem, principalmente em saídas da escola em visitas e passeios programados com a turma a que pertence seu filho(a).
- f. Nunca desautorize o trabalho das pessoas encarregadas da segurança escolar, criticando-as na presença dos seus filhos(as) ou orientando-as de forma diferente do que você sabe ser um procedimento de segurança adotado pelo estabelecimento de ensino.
- g. Participe da segurança da comunidade escolar que é composta por alunos, professores, pais, mães e funcionários do estabelecimento, você e os seus filhos(as) serão os maiores beneficiados.

## **12. Golpes mais frequentes contra a mulher**

### **1) Falso sequestro**

Alguém liga dizendo que tem uma pessoa da família como refém exigindo dinheiro (que exige seja depositado em uma conta bancária) ou a compra de cartões de celular pré pago, para que essa pessoa não seja morta, dando o nome dela, características físicas ou citando o local onde ela trabalha ou estuda. O que fazer:

- a. Não atenda a essas exigências, por mais violento que o delinquente seja nas ameaças que faz.
- b. Tente fazer contato com a pessoa que o delinquente diz ter sido sequestrada ou peça à família ou amigos para fazerem isso.
- c. Comunique à polícia prontamente, ainda que o criminoso exija que não o faça.

### **2) Falsos prestadores de serviços**

Uma pessoa se apresenta dizendo ser de uma empresa prestadora de serviços de luz, água, telefone ou outra, e que está fazendo vistorias ou serviços gratuitos, que reduzirão sua conta ou que há riscos pela não execução do serviço, como explosões de bujões de gás, curto circuito e risco de incêndio e assim por diante. Muitas vezes usam algum tipo de documento falso como crachá ou identidade funcional falsa. O que fazer:

- a. Nunca aceite serviços que não pediu, ainda que sejam gratuitos.

**b.** Se tiver interesse em tal serviço, procure uma empresa ou profissional conhecido e muito competente, em quem possa confiar. Lembre que bons profissionais não costumam bater de porta em porta e sim são procurados pela qualidade do seu trabalho.

**c.** Lembre que empresas de prestação de serviços como água, luz ou telefone vêm quando são solicitadas, ou então apresentam-se uniformizadas e com viaturas caracterizadas o que facilita o seu reconhecimento, coisa que um criminoso tem mais dificuldade em fazer e a cobrança pelo serviço virá na conta que você paga ao final do mês.

**d.** No caso de golpes usando o fornecimento de gás como pretexto, o delinquente costuma tentar assustar a vítima falando em risco de explosões e incêndios, em função de vazamentos que poderiam estar ocorrendo.

**e.** Se sentir insegura quanto a isso, dispense o serviço da pessoa que se oferece e ligue para uma empresa de gás com base na lista telefônica ou alguma que conheça para prestar o serviço.

**f.** Sugere-se o mesmo cuidado para outros serviços que sejam oferecidos, sem que tenham sido solicitados.

### **3) Propostas de trabalho no exterior**

Mulheres jovens e de boa aparência recebem propostas para trabalhar no exterior, como modelos ou profissão de destaque e quando chegam no destino são escravizadas em trabalhos de exploração sexual, mediante violência ou grave ameaça, sendo muitas vezes drogadas e até mortas. Muitas mulheres empolgadas com a possibilidade de um trabalho em outros países acabam fazendo poucas verificações de segurança e são facilmente envolvidas pela habilidade dos delinquentes. Para evitar isso sugere-se:

**a.** Sempre tenha cuidado com propostas de trabalho no exterior;

**b.** Procure obter mais informações sobre onde e com quem trabalhará, por outros meios que não apenas as do contratante (conhecidos que tenha no país de destino, Internet, embaixada brasileira no país para onde vai, outros órgãos oficiais de informações).

**c.** Procure verificar se outras pessoas já foram contratadas por aquela pessoa ou empresa e procure manter contato com elas.

**d.** Evite assumir compromissos ou aceitar tais propostas antes de ter todas as informações necessárias.

**e.** Jamais assine documentos sem ler todo o seu conteúdo e ter certeza de ter entendido a respeito do que se trata.

**f.** Se tiver pessoas conhecidas naquele país peça que lhe acompanhem na chegada e nos primeiros contatos no novo emprego.

**g.** Estabeleça um sistema de contato frequente com parentes ou amigos aqui no Brasil, para sua maior segurança e para que se comunique à polícia uma demora prolongada.

**h.** Deixe com parentes ou amigos todas as informações disponíveis para o caso de você perder contato com eles como: nome do contratante no país de destino, empresa em que trabalhará, nome e endereço da pessoa ou empresa de contato aqui no Brasil, atividade que exerceria, números telefônicos e endereços que lhe foram dados durante as negociações para a sua contratação e outras.

#### **4) Sequestros de crianças ou adolescentes subtraídos da mãe**

Embora o alvo deste delito seja a criança ou adolescente, normalmente é aplicado contra a mãe em várias situações:

**a. Alimento com sonífero (frequentemente em rodoviárias):** o delinquente envolve uma mulher que esteja com uma criança, com gentilezas, oferecendo-lhe alguma bebida (café, chocolate quente, leite) ao qual adicionou remédio para dormir. Após a vítima perder a consciência o(s) delinquente(s) desaparece(m) com a criança. Este golpe é aplicado principalmente contra mulheres humildes que pela necessidade de alimento que estejam sentindo no momento, aceitam mais facilmente este tipo de oferta. Para evitar isso sugere-se:

- I.** Nunca aceite ofertas (principalmente bebidas) ou convites de pessoas estranhas.
- II.** Se a pessoa insistir se afaste.
- III.** Peça auxílio entrando em algum estabelecimento próximo.
- IV.** Acione a polícia pelo fone 190 ou chame um policial que esteja próximo.
- V.** Procure ir para local seguro, cuidando para não estar sendo seguida.

**b. Em hospitais ou maternidades:** uma pessoa simula ser enfermeira ou médica e retira a criança (principalmente recém-nascidos) dos braços da mãe, a pretexto de levá-lo para o berçário ou para cuidados de higiene e desaparece com o bebê. Para evitar isso sugere-se:

- I.** Não apenas o cuidado da mãe, mas também do pai principalmente (pela debilidade física da mãe nestes momentos) de parentes e amigos acompanhando o parto e convalescença são fundamentais para reforçar a segurança.
- II.** Cobre da administração do hospital a segurança que você e o bebê precisam e merecem, pois é responsabilidade do estabelecimento hospitalar provê-la.
- III.** Permanecer com o bebê junto à você, salvo casos de risco à saúde dele, são um direito seu e reforçam a proteção que ele precisa.
- IV.** Colabore com a segurança hospitalar, respeitando dias, horários e número de pessoas que lhe visitam. A fragilidade de sistemas de segurança em hospitais é fortemente influenciada pelo desrespeito a tais normas (que visam a proteção da saúde e segurança de todos), principalmente por parte de pacientes ou seus familiares e amigos.

## Conclusão

O respeito e a dignidade que a mulher merece ter são deveres não apenas dos seus familiares ou do Estado, mas de toda a sociedade. É dever de todos colaborar para construir uma cultura de proteção a esta importante categoria de pessoas, numa sociedade em que à medida que cresce o número da população, crescem também os problemas que as afetam. Isto inclui fundamentalmente a preservação do direito à segurança que têm, não apenas por haver leis que resguardem isto, mas fundamentalmente como um dever moral da sociedade brasileira.

É importante também lembrar que a participação da mulher na sua própria segurança é fundamental, pois uma atitude preventiva por parte delas, no seu comportamento, hábitos e rotinas, melhorará muito a qualidade de vida no que tange à sua segurança pessoal e patrimonial, sua e de sua família. Por isso as medidas que aqui apresentamos visam criar uma cultura de segurança que melhore, no que for possível, a segurança de todos.

A eficiência do que aqui se propõe, obviamente, dependerá do quanto as pessoas aceitem as sugestões que aqui foram apresentadas e as ponham em prática, sejam as próprias mulheres ou aquelas que as tem no seu convívio.

O que sugerimos nesta cartilha são apenas alguns aspectos que consideramos mais importantes a serem lembrados, para garantir a segurança desse fundamental segmento da sociedade, através do qual todo ser humano vem ao mundo e ao qual devemos a nossa própria vida, que são as mulheres do nosso Brasil, a quem dedicamos este humilde trabalho.

<b>NÚMEROS DE SEGURANÇA</b>	
<b>190</b>	<b>POLÍCIA MILITAR</b>
<b>193</b>	<b>CORPO DE BOMBEIROS</b>
<b>181</b>	<b>DISQUE DENÚNCIA</b>
<b>180</b>	<b>CENTRAL DE ATENDIMENTO A MULHER</b>
<b>0800-555-190</b>	<b>DISK PM</b>
<b>11-3216-7224</b>	<b>DELEGACIA ESPEC. NA DEFESA DA MULHER E DA FAMILIA</b>