



MANUAL DE **SEGURANÇA PESSOAL** DO MPDFT

**SAIBA COMO IDENTIFICAR, ANALISAR
E EVITAR SITUAÇÕES DE RISCO.**

Expediente

Órgãos da Administração Superior do MPDFT

Procuradoria-Geral de Justiça do Distrito Federal e Territórios

Procuradora-Geral de Justiça Fabiana Costa Oliveira Barreto

Vice-Procuradoria-Geral Jurídico-Administrativa

Procuradora de Justiça Selma Leite do Nascimento Sauerbronn de Souza

Vice-Procuradoria-Geral de Justiça Institucional

Procurador de Justiça André Vinícius Espírito Santo de Almeida

Corregedoria-Geral

Procurador de Justiça José Valdenor Queiroz Júnior

Chefia de Gabinete da Procuradoria-Geral de Justiça

Promotor de Justiça Moacyr Rey Filho

Secretaria-Geral

Promotor de Justiça Wagner de Castro Araújo

Assessoria de Políticas Institucionais

Promotor de Justiça André Luiz Cappi Pereira

Promotor de Justiça Georges Carlos Fredderico Moreira Seigneur

Ouvidoria

Promotor de Justiça Libanio Alves Rodrigues

Esta é uma publicação da Assessoria de Políticas de Segurança

Assessor de Políticas de Segurança:

Promotor de Justiça Nísio Edmundo Tostes Ribeiro Filho

Secretário de Segurança Institucional: Arismar Luz Filho

Imagens:

Depositphotos

Ed Ferreira

Diagramação:

Secretaria de Comunicação do MPDFT

Texto:

Divisão de Atividades Especiais
de Segurança

Carlos Alberto Alves Lemes

Jeisson Antônio da Silva

Ramon Araújo de Oliveira Assunção

Revisão de texto:

Samara Almeida

© 2020 Ministério Público do Distrito Federal e Territórios – MPDFT

É permitida a reprodução parcial ou total desta obra,
desde que citada a fonte.

1ª edição digital – outubro/2020

Sumário

4	● Apresentação
5	● Negar a violência: um erro de apreciação
7	● Mantenha-se alerta
11	● Defenda seu castelo
13	● Fora do seu castelo
29	● Praticando esportes
30	● Eventos críticos
37	● Deslocamentos no seu trabalho
42	● Referências

Apresentação

Senhores membros, servidores e leitores em geral,

Antecipar-nos a riscos é fundamental quando o assunto é segurança. Prevenir ocorrências indesejadas e saber como proceder em eventos dessa natureza aprimorará sensivelmente nossa proteção pessoal.

Contudo, exigirá de nós a leitura real das circunstâncias e do ambiente em que estamos inseridos, a capacidade de avaliar os desdobramentos de nosso comportamento nesse cenário e o preparo para agir, mesmo em situações de emergência, seja no cotidiano funcional ou na vida social.

Então, para assimilarmos esses conceitos sob o prisma da autodefesa em nossa rotina, a Secretaria de Segurança Institucional (SSI) apresenta o “Manual de Segurança Pessoal do MPDFT”. Ele é uma versão revista e atualizada da “Cartilha Dicas de Segurança Pessoal” lançada em 2013, com novos conteúdos, baseados em obras de destaque no contexto da segurança pessoal.

A intenção não é estabelecer um clima de tensão. A ideia é que as medidas recomendadas no manual sejam inseridas em nosso cotidiano de modo natural tendo como fundamento o desenvolvimento de uma cultura de prevenção e autoproteção entre membros e servidores e aplicável aos leitores em geral.



Atenção!

Termos um plano e estarmos preparados mentalmente pode, além de evitar intercorrências, aumentar a probabilidade de sucesso nas ações mitigatórias executadas diante de situações indesejadas.

Negar a violência: um erro de apreciação

A violência é um fato

Afora os esforços das instituições envolvidas na formulação e execução das políticas públicas relacionadas à persecução penal, a violência é um fato, que, ao ser negligenciado, pode nos induzir a um erro de apreciação com consequências de alto potencial lesivo à segurança pessoal.

Corroborando a ideia, segundo estudo elaborado pelo Instituto de Pesquisa Aplicada (IPEA) e pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP) publicado em 2018, o Brasil figura entre os países mais violentos do mundo, com uma taxa de homicídios 30 vezes maior que a da Europa.

Nesta esteira, destaca-se o elevado índice de reentradas no sistema prisional. Recente levantamento realizado pelo CNJ¹ aponta que 42,5% dos adultos que tinham processos registrados em 2015 retornaram ao sistema até dezembro de 2019, chegando a percentuais bem maiores em alguns estados, como é o caso do Espírito Santo, com índice de 75%. O Distrito Federal possui taxa de 40,4%.

Mesmo havendo diferentes abordagens sobre a reincidência, vale o alerta de Strong (2000) quanto às chances elevadas de nos confrontarmos com um reincidente, nuance que pode agravar as condições de uma vítima pela tendência agressiva e insensível do criminoso.

Em suma, para estabelecermos estratégias realistas de autoproteção, precisamos perceber que os indicadores revelam que a insegurança é algo concreto e, a depender do nosso comportamento, estaremos mais ou menos propícios a figurar na condição de vítima.

¹ <https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2020/01/Panorama-das-Reentradas-no-Sistema-Socioeducativo.pdf>¹

A perigosa relação entre o criminoso e a vítima

Inicialmente, cumpre-nos destacar que “para que um crime ocorra, deve haver a convergência de tempo e espaço em, pelo menos, três elementos: um potencial agressor, um alvo adequado, na ausência de um guardião capaz de impedir o crime” (FARRELL e PEASE, 2005), o que os especialistas denominam como o triângulo do crime.



Atente-se, portanto, ao fato de que o infrator estará sempre à espreita de oportunidades para auferir vantagem indevida, preferencialmente por meio do menor esforço com maior ganho possível, depois de uma pré-seleção do alvo.

Noutro lado haverá uma pessoa com perfil propício a ser abordada, levando-se em conta fatores como posse de pertences, idade, gênero, companhia de outras pessoas, porte físico e, ainda, sua postura, que pode ser dominante ou submissa².

Considerando que, dos fatores que compõem o triângulo do crime, o que está propriamente ao nosso alcance é o nosso comportamento, então o foco deve ser desconstruir o perfil de alvo ideal, dificultando e desestimulando a ação delituosa, ou seja, manter um perfil de baixo risco.

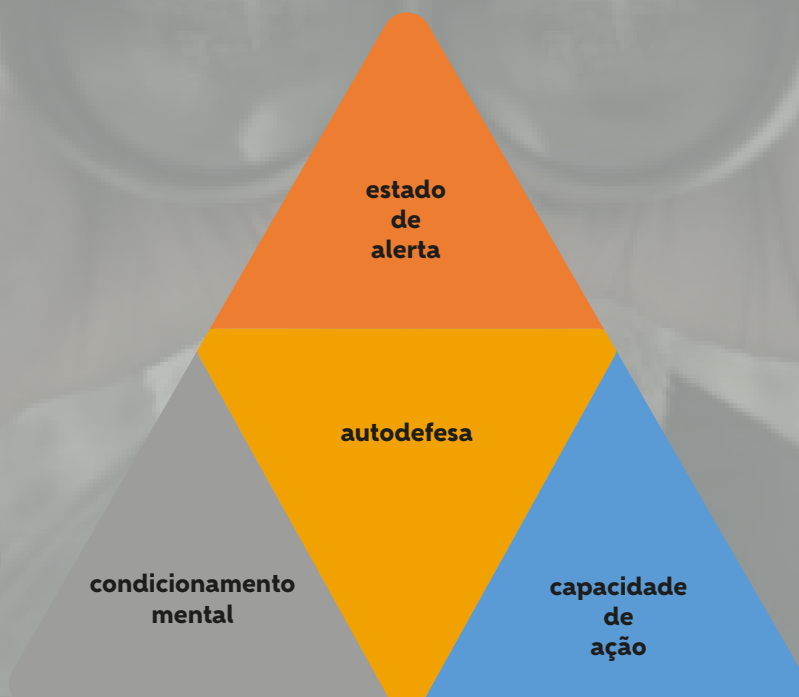
² Conforme o psicólogo Julio Lobo, a postura dominante, pode ser traduzida pela coluna ereta, ombros retos, face elevada e olhar firme, isso tende a dissuadir uma investida criminosa, pois o alvo se apresenta, aos olhos do agressor, como menos vulnerável. Já a postura submissa remete-se a ideia de fragilidade, situação que pode atrair a atenção de criminosos.

Mantenha-se alerta

Os pilares da autodefesa

Para contribuir com a construção de um perfil comportamental adequado, o professor Humberto Wendling³, em um dos seus artigos mais recentes “Sua sobrevivência depende de 3 coisas” aborda o conceito primordial da autodefesa.

Se de um lado há o triângulo do crime, como tratado anteriormente, Wendling, noutra direção, destaca que a capacidade de nos mantermos seguros decorre dos três elementos que formam o triângulo da autodefesa sustentável.



³ Humberto Wendling é autor dos livros Autodefesa contra o crime e a violência – um guia para civis e policiais, Sobrevivência Policial – morrer não faz parte do plano e Policiais – Coletânea.

O estado de alerta

A precaução é primordial para o sucesso da autodefesa. Com efeito, o estado de alerta, traduzido pela capacidade de análise circunstancial sobre pessoas e situações visando à antecipação ao perigo que nos circunda, constitui nosso principal atributo preventivo.

Um bom instrumento para analisarmos nossa condição de vigilância no cotidiano é a tabela de níveis de atenção, baseada no conceito de Cooper⁴. Cada nível significa o seguinte:

Nível	Descrição
0	Estado de atenção em que as pessoas se encontram diariamente, geralmente dispersas e desligadas.
1	Condição de atenção geral, sem nível específico de foco, mas consciente de que atos hostis são possíveis.
2	Identificação de possíveis ameaças e situações de perigo.
3	Situação de perigo iminente e clara, porém ainda não em curso.

Para garantir a efetiva prevenção, ideia central da tabela, essas condições devem ser constantemente ajustadas a depender das circunstâncias, o que permitirá uma transição gradual de um nível de atenção para outro.

⁴ O Tenente Coronel Jeff Cooper do Corpo de Fuzileiros Navais dos Estados Unidos da América, além de veterano de combate da Segunda Guerra Mundial e da Guerra da Coreia, é considerado por muitos como o pai das técnicas modernas de combate e de autodefesa.

Condicionamento mental

O condicionamento mental consiste na preparação realizada por meio de exercícios cognitivos utilizando, principalmente, referências baseadas nas experiências de outras pessoas que vivenciaram circunstâncias de risco. Significa mentalizar situações e planejar respostas.

A essência deste conceito é ser assertivo em momentos decisivos. Em síntese, significa avaliar intercorrências ocorridas com outras pessoas, vivenciando mentalmente a situação, mas analisando a dinâmica e agindo de modo a eliminar os “erros” cometidos por elas.

A fim de melhor elucidar, imaginemos um caso hipotético: uma pessoa, ao sair do trabalho, se dirige ao seu veículo, mas, enquanto coloca a bolsa com o notebook e alguns processos que conduzia no carro, recebe uma ligação em seu celular e decide atendê-la. Neste momento, é abordada e levada por dois bandidos em seu veículo.

A conduta exemplificada acontece com frequência, entretanto, para que possamos aprender com a situação imaginada, inicialmente devemos fazer a indagação: o que eu faria de diferente se fosse comigo? Assim, sua mente diz ao corpo o que fazer, evitando hesitar em circunstâncias semelhantes.

Atenção!



Neste caso, a melhor conduta seria deixar de atender o telefone, evitando a distração e diminuindo o tempo de permanência no local. Também é importante evitar carregar pertences que possam chamar a atenção de criminosos ou trazer prejuízo institucional decorrente de sua subtração.

Capacidade de ação

O terceiro pilar traduz-se na oportunidade e prontidão para agir de modo eficaz quando estivermos em uma situação de perigo. Envolve a capacidade de executar as ações mentalizadas, ou seja, a possibilidade de adotar comportamentos diante de situações de potencial risco.

Abrange a observância de preceitos simples. De nada adiantará estarmos atentos e mentalizarmos as respostas adequadas, se, no momento necessário, não estivermos aptos a agir. Por exemplo, não conseguirmos acelerar o passo devido ao uso de um calçado inadequado em relação ao local; estarmos com as duas mãos ocupadas, dificultando a rápida abertura da porta do veículo; ou não conseguirmos acionar serviços de emergência pela falta de bateria no celular.

Finalizando, como estamos falando de uma estrutura de defesa, esta somente resistirá se os elementos que a compõem (estado de alerta, condicionamento mental e capacidade de agir) estiverem presentes. A ação a ser desencadeada será o resultado do que conseguimos antecipar, por meio do nosso estado de vigiância e das alternativas que elaboramos nos exercícios de planejamento mental.



Defenda seu castelo

Quando o tema é o combate à criminalidade, um fenômeno que gera grande preocupação das autoridades públicas é a incidência de roubos e furtos em residências. É comum o Brasil figurar entre os países com a maior incidência de assaltos na América Latina em estudos sobre o tema.

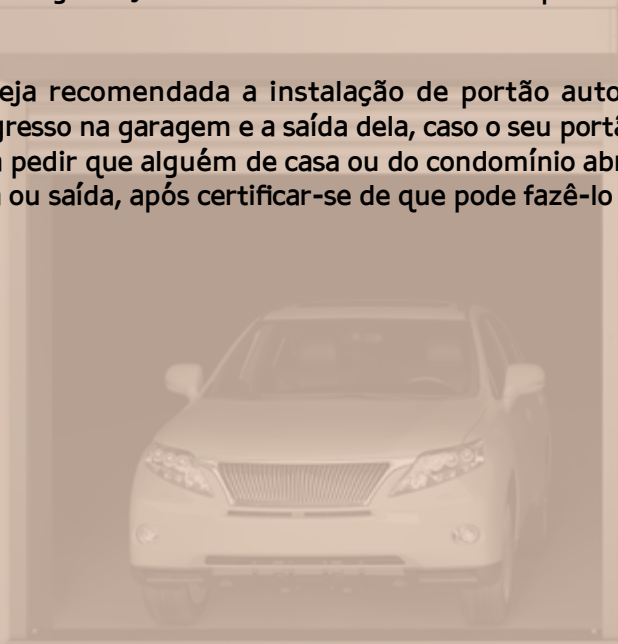
Considerando a pertinência do assunto, a SSI elaborou anos atrás o Manual de Segurança Residencial, detalhando medidas preventivas voltadas a nossa defesa quando estivermos em casa. *O Manual pode ser acessado clicando neste link.*

No âmbito da segurança pessoal, serão elencadas medidas direcionadas a ocasiões sensíveis, como, por exemplo, durante a saída e a chegada, alguns dos momentos preferidos dos criminosos para abordar as vítimas.



Saída de casa e chegada a casa

- Antes de sair ou chegar, observe com antecedência se há pessoas estranhas ou suspeitas aguardando sua entrada ou saída, rondando nas adjacências de sua casa ou edifício ou tentando se esconder atrás de árvores, postes ou outro obstáculo visual.
- Da mesma forma, atente-se a pessoas no interior de veículos parados ou em motocicletas estacionadas junto a entrada ou saída da edificação.
- Caso perceba alguma movimentação estranha, ligue imediatamente para a polícia, portaria do prédio ou para segurança do condomínio, antes mesmo de entrar ou sair de casa ou da garagem do edifício. Caso esteja chegando, dê uma volta na quadra ou dirija-se a um local seguro enquanto a situação é averiguada.
- Ao chegar, se perceber sinais de invasão, como portas ou portões violados, portas e janelas abertas ou luzes acesas em momentos que não costuma haver alguém em casa, não entre, se afaste do local e ligue para a polícia.
- Tenha salvos no celular e anotados os telefones da portaria do prédio, do serviço de segurança do condomínio e da unidade policial da região em que reside.
- Embora seja recomendada a instalação de portão automatizado, por agilizar o ingresso na garagem e a saída dela, caso o seu portão seja manual, habitue-se a pedir que alguém de casa ou do condomínio abra-o quando de sua chegada ou saída, após certificar-se de que pode fazê-lo em segurança.



Fora do seu castelo

Em deslocamento a pé

- Projete a sua volta um perímetro mínimo de segurança, conhecido tecnicamente por “zona estéril” ou “círculo de controle”⁵, conforme ilustrado na figura abaixo:



- Assuma uma postura dominante e não deixe de olhar para trás e para os lados, mantendo especial atenção às pessoas e ao que acontece ao seu redor. Atente-se: os criminosos valem-se do fator surpresa e desatenção para atacarem suas vítimas.
- Caminhe no centro da calçada e contra o sentido da via. Será mais fácil perceber a aproximação de algum veículo suspeito, moto ou bicicleta em busca de subtrair bens ou praticar algum ato hostil.
- Procure andar acompanhado e evite se deslocar por lugares desertos ou mal iluminados.

⁵ @sabretacticalsouth (<https://www.instagram.com/p/B-DnBPBgZeV/?igshid=1v2o7zrh843id>). Acesso em 22 de mar. de 2020

- Ao identificar alguém em situação suspeita, deslocando-se para o seu rumo, mude de direção, atravessando a rua, ou entre em um lugar movimentado e seguro. Neste caso, mantenha-se a, pelo menos, 20 metros do suspeito, conforme ilustração abaixo, e atento às mãos e ao comportamento dele.



- Essa área de segurança irá diminuir a possibilidade de ser abordado. Noutras palavras, o infrator não assalta ninguém a distância.
- Se notar que está sendo acompanhado, mantenha a calma e, caso não seja possível retornar de onde saiu, dirija-se a um lugar movimentado e peça ajuda. Ligue para a Polícia Militar do DF ou para a Segurança Institucional.
- Acautele-se, mais ainda, se terceiros se aproximarem com intuito de obter informações sobre sua vida ou condição funcional. Não dê atenção, mesmo que comecem a discutir com você sem motivo aparente.
- Evite ostentar bens de valor, como equipamentos eletrônicos, cordões, relógios, pulseiras, joias e grandes quantidades em dinheiro.
- Não manuseie equipamentos eletrônicos ou fale ao celular enquanto anda na rua. Se for muito necessário falar ao telefone, dirija-se a um lugar seguro.
- Jamais conduza celular ou carteira nos bolsos de trás. Essa conduta é muito comum, assim como a incidência de furto desses objetos nestas condições.



Importante!

Estudos apontam elevado percentual de subtração de celulares a transeunte. Destaca-se, ainda, que o uso de celulares, fones de ouvido e equipamentos afins pode causar distração e atrair a atenção do criminoso.

Ao considerar atitudes e situações incomuns, atente-se a indicativos de que um indivíduo esteja portando uma arma de fogo, conforme dicas dos quadros a seguir:



IDENTIFICANDO UMA ARMA OCULTA

Caminhar Assimétrico

Uma arma no bolso direito, ou do lado direito de um cinto ou calça pode dificultar o movimento da perna direita, tornando a passada daquela perna mais curta que a da perna esquerda.

O balançar do braço correspondente ao lado da arma também pode-se tornar mais curto e próximo ao corpo, instintivamente "protegendo" a arma.

Passada mais curta do lado onde está a arma

Balanço mais curto do lado onde está a arma

Porte destro

Porte canhoto

Ajuste Rápido

O peso de uma arma é distribuído de forma não-homogênea, sendo normalmente a parte do punho/corona mais pesada que o cano. O simples ato de descer escadas, ladeiras ou simplesmente descer de um automóvel já é o bastante para alterar o posicionamento da arma no corpo, onde normalmente a parte do punho (ou coroa) tende a descer.

Arma oculta na cintura por baixo do casaco

Mão corrige a posição da arma

facebook.com/calibre762oficial

Posição original da arma na cintura/bolso

Movimento do punho (ou coroa) após movimentos ou impactos



Imagens: <https://www.buckeyefirearms.org/how-spot-concealed-handgun> e <https://www.thetruthaboutguns.com/how-to-spot-a-hidden-handgun-by-megan-jaegerma/>

Ao conduzir bolsas ou mochila

- Certifique-se de que todos os compartimentos estejam fechados.
- Leve sua bolsa voltada para frente do corpo, com sua mão sobre o fecho e com os bolsos voltados para o corpo. Uma bolsa ou mochila somente apoiada em seu ombro pode facilmente ser furtada por trás.
- Caso seja necessário transportar notebooks ou tablets evite fazê-lo em pastas próprias. Elas são conhecidas e podem estimular iniciativas delituosas.

Deslocamentos motorizados

- Planeje e defina o seu itinerário antes de sair para qualquer destino, incluindo, cotidianamente, a definição de um trajeto alternativo.
- Esteja seguro ao utilizar aplicativos de navegação GPS, associando seu uso a outras fontes de informação confiáveis, para prevenir equívocos quanto ao trajeto e local de destino e, ainda, evitar pedidos de auxílio a pessoas estranhas no caminho.
- Evite, sempre que possível, trafegar por caminhos que não conheça, áreas consideradas perigosas e itinerários que envolvam constantes paradas (cruzamentos, semáforos, pontos de estrangulamento, e entre outras), sobretudo, à noite.
- Principalmente nos trajetos rotineiros, conheça pontos de apoio, como unidades policiais e de saúde, postos de abastecimento e socorro mecânico.
- Habitue-se a manter as portas do veículo travadas e os vidros fechados.
- Não trafegue com pertences, como equipamentos eletrônicos, itens de valor elevado, bolsas ou mesmo a beca, à mostra nos bancos do veículo.

- Em situação de blitz de polícia ou de órgãos de trânsito, caso esteja armado, informe, de imediato, sua função e condição. Não faça movimentos bruscos e avise que irá apresentar a documentação necessária.
- Não pare o veículo para desconhecidos acenando à beira da pista, pois podem ser artifício visando a uma ação criminosa.
- Desconfie de eventos estranhos, como pequenas colisões na traseira do veículo. Conduza-o, mesmo danificado, a um ponto seguro onde possa fazer os reparos.
- Caso seja noite e ocorra alguma colisão envolvendo seu veículo, não havendo vítima, anote a placa do outro veículo sem sair do carro e desloque-se para delegacia ou posto policial mais próximo para registro de boletim de ocorrência.
- Alterne itinerários, horários (partida e chegada) e sempre deixe alguém de confiança informado de aonde está indo e de qual sua expectativa de retorno.
- Ao se aproximar de passarelas, pontes ou viadutos, observe, antecipadamente, se há pessoas paradas nesses locais. Caso haja, mude para a faixa mais distante de onde estão posicionadas essas pessoas.
- Caso seu veículo seja atingido por qualquer objeto (pedras, garrafas, sacos com líquidos etc.), não pare, prossiga a um lugar seguro e, então, avalie as condições do veículo.

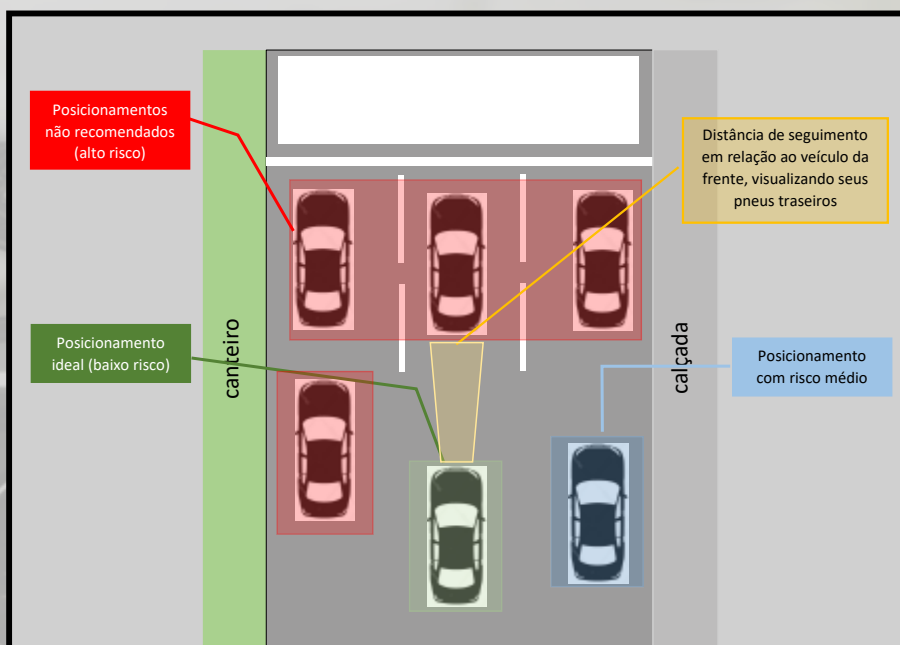
Atenção!



A maioria dos incidentes causados por objetos atirados em veículos ocorre à noite em rodovias próximas às áreas urbanas, no geral, lugares com frequente trânsito de veículos e pouca movimentação de pessoas.

Ao diminuir a velocidade ou necessitar parar o veículo, redobre a atenção e os cuidados:

- Ao se aproximar de semáforos, procure controlar a velocidade de modo a evitar o sinal vermelho e nos cruzamentos sem semáforo observe e controle a velocidade de forma a evitar paradas.
- Nos semáforos com luz vermelha, esteja preparado para evadir-se com rapidez e fique alerta à aproximação de estranhos, mesmo que não pareçam suspeitos. Para isso mantenha distância de seguimento em relação ao veículo da frente, visualizando seus pneus traseiros.
- Evite a primeira fileira de veículos e as faixas de rolamento das extremidades, especialmente as da esquerda. Preferencialmente, permaneça nas faixas centrais.



- Verifique constantemente a presença de suspeitos ao redor de seu veículo, inclusive motocicletas, sobretudo se ocupadas por duas pessoas. Use constantemente os espelhos retrovisores.

- Esteja atento a “vendedores” ou “pedintes”. Não abra os vidros para comprar ou doar nada em momentos de parada ou retenção.

- Ao passar por lombadas, verifique, antes de reduzir a marcha, se há aproximação de pessoas suspeitas e mantenha distância suficiente do veículo à sua frente para poder desviar caso ele pare tentando bloquear seu caminho.

Ao suspeitar de que está sendo seguido por outro veículo:

- Não pare. Tente agir com naturalidade e mantenha a calma.

- Não desperte suspeita de que percebeu o monitoramento e dirija-se a um posto policial ou delegacia e solicite auxílio.

- Caso não haja unidade da polícia nas proximidades, desloque-se a um lugar com maior aglomeração de pessoas ou mesmo um estabelecimento comercial e peça ajuda.

- Se estiver acompanhado, solicite ao passageiro que mantenha contato com a polícia relatando a situação e pedindo apoio.

- Tente memorizar a placa e esteja atento à descrição do veículo e, se possível, às características dos ocupantes.

- Ao tentar despistar, evite dirigir por vias pouco movimentadas, sem saída, mal iluminadas ou de trânsito lento e por lugares que você não conheça.

- Ressalta-se que um dos objetivos do acompanhamento pode ser o levantamento de dados sobre sua residência ou local de trabalho, p. ex. Mesmo nesses casos, persiste a recomendação de que se dirija até a unidade policial mais próxima. No tópico *"Deslocamentos no seu trabalho"* haverá dicas de detecção de despistamento.

Caso realize viagens mais longas, recomenda-se:

No planejamento da viagem:

- Pesquise, com antecedência, os itinerários via internet e em aplicativos para smartphones e tablets, evitando parar no caminho para pedir informações.
- Considere, ainda, levar consigo um mapa impresso. Poderá ser um recurso útil em caso de falhas tecnológicas. Caso seja necessário, procure um lugar seguro para consultá-lo, como postos de combustíveis ou unidades policiais.
- Programe locais de abastecimento, alimentação e uso de banheiros.
- Faça uma revisão no veículo para evitar panes na estrada.
- Caso não possua seguro veicular adequado às necessidades de sua viagem, considere a aquisição de um seguro com coberturas específicas para o evento.
- Conduza sempre um telefone celular para pronto uso, com a bateria carregada, bateria externa (carregador portátil) e carregador veicular.
- Tenha à mão os números telefônicos das polícias (rodoviária estadual e federal) e, se possível, os telefones de emergência das concessionárias responsáveis pelas rodovias ao longo do trajeto. Para não correr risco de perdê-los, armazene os números na agenda de seu telefone.

Importante!



Se estiver portando uma arma de fogo, mantenha-a sempre consigo, pois somente assim terá condições de utilizá-la com segurança. Sua arma de fogo deve estar acondicionada em um bom coldre e sempre junto ao corpo. Realize treinamentos periódicos e sua adequada manutenção. Procure a SSI para orientações necessárias.

- Lembre-se: não há planejamento de segurança eficiente se não considerarmos também os nossos familiares, principalmente as crianças. Habitue-se em conversar com sua família sobre assuntos de segurança, tais como:
- Estacionamentos são lugares potencialmente perigosos, tanto em relação a acidentes de trânsito quanto a abordagem por criminosos.
- Crianças não devem estar brincando ao entrar ou sair do carro, bem como durante os deslocamentos para apanhar ou deixar o veículo, uma vez que pode ser necessário sair ou entrar rapidamente, a fim de evitar um perigo imediato ou iminente.
- Analise e tenha respostas para procedimentos simples, tendo como base as seguintes premissas: quando, por onde e como sair? Para onde ir? O que fazer quando estiver seguro?
- Tenha salvos na memória do celular os telefones da SSI, plano de saúde, seguradora de veículos e de autoridades policiais locais.



No estacionamento

- Estacione sempre em locais iluminados e movimentados, em condições de sair rapidamente, e o mais próximo possível do seu destino. Em geral, é conveniente estacionar em manobra de marcha ré. Isso favorecerá sua visibilidade e facilitará sua saída.
- Procure deixar o veículo em estacionamento privativo e de sua confiança. Ao apanhar o cartão de acesso, mantenha-o consigo.
- Nos estacionamentos e em estabelecimentos servidos por manobristas, ao entregar o veículo, procure identificar esses profissionais com atenção. Exija comprovante de recebimento e verifique se há segurança adequada.
- Não confie as chaves de seu veículo aos chamados flanelinhas ou a eventuais lavadores de automóveis, ainda que os conheça. A responsabilidade por seu veículo é sua.
- Não deixe pertences a vista no interior do veículo nem os remaneje para o porta-malas se não estiver em local seguro e que permita fazê-lo com discrição. O mesmo se aplica a controles remotos, chaves de casa, documento do veículo (CRLV) e beca.
- Jamais deixe armas de fogo em seu veículo, mesmo no estacionamento privativo residencial ou do trabalho.
- Permaneça o menor tempo possível dentro do veículo pelo acionamento de seu controle remoto. Se ficar nele for extremamente necessário, faça-o em local que permita sua ampla visão para todos os lados e esteja alerta à aproximação de estranhos.
- Ao deixar o veículo, certifique-se de que todas as portas estejam efetivamente trancadas. Criminosos vêm utilizando um dispositivo que, ao ser acionado próximo a um veículo, bloqueia algumas funções do seu alarme impedindo que as portas sejam trancadas pelo seu controle remoto.
- Memorize o local onde estacionou e a placa do seu veículo. Isso minimizará o tempo de exposição ao voltar ao veículo, eliminando riscos ao procurá-lo e, ainda, a necessidade de acionar o localizador do alarme.

- Ao voltar ao carro, assim que se aproximar dele, tenha a chave à mão para agilizar a sua entrada.
- Verifique, rapidamente, antes de adentrar no seu veículo, se há objetos que possam causar incidente próximos aos pneus.
- Ao estacionar seu veículo em local sem controle de acesso, habitue-se a inspecioná-lo, rapidamente, e com atenção ao seu redor, antes de utilizá-lo.
- Observe se há pessoas estranhas ou suspeitas nas adjacências, tanto ao sair do veículo quanto ao retornar. Não se dirija ao carro ou saia dele nessas circunstâncias.
- Ao retornar ao veículo, observe se há alguém no interior dos carros estacionados imediatamente ao lado do seu. Tem sido comum criminosos permanecerem dentro de veículos aguardando a chegada da vítima para abordá-la ao entrar no carro.
- Na dúvida, desloque-se para um lugar seguro e com movimentação de pessoas e somente se aproxime e entre no veículo quando tiver convicção de que não há risco.
- Ao entrar no veículo, trave imediatamente as portas, mantenha os vidros fechados e deixe o estacionamento.
- Cuidado com distrações, evite retirar folhetos ou outros objetos afixados nos vidros. Pode ser um artifício criado por criminosos para desviar a sua atenção.
- Caso encontre alguém arrombando o seu veículo, mantenha a calma e não se aproxime; contudo, observe as características físicas do infrator, bem como as circunstâncias ao seu redor. Entre em contato com a polícia.
- Ao sair, caso haja algo que impeça o veículo de se deslocar, desconfie de estranhos que se ofereçam para ajudar. Oportunamente, afaste-se procurando um local seguro e solicite ajuda.

Importante!



Não tenha vergonha de ser enérgico, confie no seu instinto, sua segurança deve ser a prioridade. Em momentos cruciais não podemos hesitar preocupando-nos com aquilo que não seja a nossa segurança.

Cuidados com o veículo

A concepção de prevenção relacionada ao deslocamento motorizado começa antes mesmo da condução do veículo. Nesse contexto, é importante mantê-lo sempre em boas condições de funcionamento (pneus, faróis, sistema elétrico, travas, motor, baterias etc.) para prevenir paradas indesejadas em locais de risco. Então, realize revisões periódicas. Desta forma:

- Instale película protetora com nível de obscurecimento permitido. Isso dificultará a visualização do interior do veículo.
- Jamais identifique o seu carro com adesivos, tampouco deixe nele cartões de visita, documentação do veículo, apólices de seguro ou quaisquer objetos que possam indicar sua condição social e características pessoais, tais como: profissão, cargo, endereço, faculdade, esporte praticado, local que professa a fé, composição da família, gênero, academia.
- Equipe seu veículo com dispositivos que dificultem a ação de delinquentes, como: travas para acionamento e trancamento automático de portas e vidros, alarmes, bloqueadores, localizadores, rastreadores etc. Os assaltantes procuram por veículos mais vulneráveis, que apresentem as condições mais apropriadas para efetuarem o roubo ou furto.

Você sabia?



Visando identificar um dado relacionado à atratividade de veículos para os criminosos, relacionamos os dez modelos mais visados pelos infratores no universo de veículos emplacados no país em 2019, conforme o Índice de Veículos Roubados (IVR), divulgado pela Superintendência de Seguros Privados (Susep)⁶.

São eles: Volkswagen Voyage; Volkswagen Amarok; Fiat Grand Siena; Volkswagen Gol acima de 1.0; Renault Logan; Fiat Uno Way; Nissan Frontier; Fiat Cronos; Volkswagen Fox acima de 1.0 e Toyota Hilux.

⁶ A classificação é obtida a partir da proporção percentual entre o número de sinistros (casos de roubos e furtos devidamente comunicados pelos clientes às seguradoras) e a quantidade de veículos segurados de cada modelo. Os dados são coletados a partir de apólices ativas e de dados informados pelas seguradoras à Susep.

Ao utilizar táxi ou transportes por aplicativos

- Não utilize os serviços oferecidos por desconhecidos. Somente embarque em veículos que foram solicitados diretamente por você.
- Não espere na rua, pois se tornará uma vítima fácil. Tal comportamento é bastante perceptível que se está esperando algo, além disso estará distraído e com um celular na mão.
- Identifique o veículo e o condutor logo que o carro chegar. Veja se o modelo e a placa do carro conferem com o informado no aplicativo. Faça o mesmo para conferir o nome do motorista.
- Falsos motoristas podem alegar que estão usando veículos diferentes por algum motivo, induzindo você a embarcar em uma cilada. Jamais embarque em veículo diferente do informado no aplicativo.
- Evite compartilhar corridas com desconhecidos.
- Veja, antes de entrar, se há mais alguém no veículo, desconfie se houver outra pessoa além do motorista. Considerando que pediu um carro nas categorias em que as corridas não sejam compartilhadas, você, obrigatoriamente, não deverá dividir o trajeto com nenhum outro passageiro. Caso ocorra, cancele a solicitação.
- Compartilhe as informações do trajeto com amigos ou parentes, permitindo que acompanhem se o carro está seguindo para o destino indicado.
- Sente no banco de trás, principalmente se estiver sozinho. Isso permitirá a saída por qualquer lado do veículo. No banco da frente você estará mais vulnerável.
- Caso conheça o trajeto, indique ao motorista qual caminho seguir. Os motoristas de aplicativos, geralmente usam programas de GPS como Waze ou Google Maps.
- Seja discreto, não faça comentários sobre o tipo de atividade que desempenha e informações pessoais e do trabalho.
- Evite consumir alimentos fornecidos pelos motoristas, como: água, balas, bombons, biscoitos etc.

Postos de combustíveis

- Evite os horários noturnos e organize-se para abastecer em horários de maior movimento. Procure as bombas das extremidades, a fim de evitar que o seu veículo seja obstruído por outros que estejam abastecendo e possibilitar uma melhor observação.
- Antes de acessar as imediações do posto de combustível, observe se há movimentação suspeita no local, como funcionários agrupados, parados, nervosos etc. Caso perceba algo estranho, não pare.
- Se você já estiver dentro do posto e perceber o assalto, não arranque com o carro. Mantenha a tranquilidade; pode existir alguém afastado, dando cobertura e interpretar qualquer atitude impensada da sua parte, como ameaça.

Estabelecimentos comerciais

- Atente-se ao fato de que durante o assalto em um estabelecimento comercial, em geral, o foco do criminoso está direcionado a dinheiro dos caixas ou determinados objetos no interior do comércio.
- Então, se estiver entrando em um local e perceber que está ocorrendo um assalto, tente voltar. Embora seja uma conduta bastante simples, muitos ficam paralisados e não conseguem abandonar o local. Se já estiver no interior e perto de uma saída, saia imediatamente, se puder fazê-lo em segurança.
- Caso a investida criminosa também seja direcionada a você, mantenha a calma. É muito comum que a prática de roubos dessa natureza seja feita com pessoas dando cobertura, em locais estratégicos, em relação a quem anuncia o assalto.

Caixas eletrônicos

Habitue-se a fazer pagamentos e transações financeiras via aplicativos na internet, observando as regras próprias de segurança, pois caixas eletrônicos são ambientes propícios a golpes, roubos e sequestros-relâmpago. Todavia, sendo imprescindível fazer operações em banco ou caixa eletrônico, considere as seguintes orientações:

- Utilize caixas eletrônicos instalados no local de trabalho ou em locais onde haja presença de funcionários do estabelecimento, cobertura por meio de circuito fechado de TV ou mesmo em locais de grande movimentação de pessoas e com estacionamento pago.
- Procure usá-los durante o dia, preferencialmente em horário comercial, acompanhado de algum adulto, caso seja menor.
- Caso seja extremamente necessário realizar saques no período noturno, dirija-se a caixas instalados em shoppings ou supermercados. Mesmo assim, evite ir sozinho.
- Caso desconfie de alguém que esteja usando o caixa eletrônico, espere a pessoa sair e ir embora antes de acessar o local, circule e retorne em seguida.
- Antes de iniciar a transação, verifique na tela se o equipamento está ativo ou inoperante. Caso esteja inoperante, não insira seu cartão.
- Não aceite ajuda de estranhos.
- Saque somente quantias estritamente necessárias. Ao fazer o saque, não coloque o dinheiro ou a carteira em cima dos caixas ou no bolso de trás, fora de seu alcance visual.
- Nos shoppings evite estacionar em pontos isolados dos demais veículos. E, ao sair, se o estacionamento estiver vazio, solicite que um segurança o acompanhe até o carro.

Praticando esportes

Seja com objetivo recreativo ou funcional, a prática de atividades físicas e esportivas geram momentos de relaxamento, por conseguinte, propícios a distrações. Assim, precisamos nos acautelar de algumas medidas preventivas, especialmente em caminhadas e corridas:

- Leve algum documento de identificação e uma pequena quantia em dinheiro, caso vá consumir algo, preferencialmente, acondicionados em um porta objeto. Existem opções bastante funcionais para a prática de esportes (discreto, impermeável, confortável etc.).
- Prefira praticar seu esporte sempre acompanhado. Seja discreto, evite o uso de joias e objetos que chamem atenção.
- Varie percursos e horários mas escolha áreas movimentadas que conheça bem. Não utilize áreas e trilhas isoladas, ruas desertas e locais pouco iluminados.
- Esteja sempre alerta, preste atenção em quem está à sua volta. Tenha domínio do local, saiba onde ficam os pontos de atendimentos (segurança, vigilância e pré-hospitalar), postos da polícia etc.
- Durante o trajeto, mantenha-se distante de veículos estacionados, arbustos e áreas mal iluminadas. Se algum carro passar por você mais de uma vez, memorize o número da placa, mantenha sua atenção e tente permanecer a distância.
- Tenha cautela ao cumprimentar estranhos, prime pela distância, lembre-se da sua "zona estéril" e continue em movimento. Não pare para dar informações nem se aproxime de carros.
- Procure caminhar ou correr no centro da calçada e contra o sentido da via. Será mais fácil perceber a aproximação de algum veículo suspeito.
- Se for utilizar algum aplicativo que permita o compartilhamento de sua localização em tempo real, programe-o para que somente familiares ou amigos próximos tenham acesso a esse tipo de informação.

Eventos críticos

Considerando o enfoque dado ao assunto segurança pessoal, é inegável que a prevenção, quando estruturada nos fundamentos e práticas apresentados neste manual e forjada em comportamentos voltados à construção sistemática de uma cultura de segurança, dificilmente permitirá que se figure na condição de vítima.

Mas, caso estejamos envolvidos em situações críticas, é importante entender que a preservação da nossa integridade depende, significativamente, do que faremos nos momentos iniciais.

Neste contexto, preliminarmente, é importante saber como nossa mente funciona em situações de risco iminente.

Mantenha a calma: o inimigo pode ser a sua mente

Para que nos saíamos bem em situações de risco iminente, é pertinente que conheçamos aspectos mentais que interferem em nosso comportamento e em nosso autocontrole, fator fundamental nas respostas frente a ameaças.

Quando nos deparamos com situações de perigo, o nosso corpo desencadeia um processo psicofísico chamado de “resposta de luta ou fuga” ou mesmo de “congelamento”, em razão do bloqueio da nossa capacidade de reação. (Robert Scaer, 2005).

No que tange à resposta de luta ou fuga, constitui-se um processo fortemente conservado ao longo do curso evolucionário visando à manutenção da homeostase⁷ no transcorrer de um perigo imediato.

⁷ A homeostasia indica a propriedade do organismo de permanecer em equilíbrio mesmo quando ocorrem mudanças radicais no meio entorno.

Neste sentido, o intuito principal de conhecermos estes mecanismos orgânicos de autodefesa é buscar atenuar seus efeitos, como: deterioração da destreza, exclusão auditiva, ausência de visão periférica (visão de túnel), perda da noção de tempo etc.

Também poderemos sentir o coração disparado; a respiração acelerada; a pupila dilatada; as mãos trêmulas e geladas, e outras reações, que variam de intensidade, individualmente.

Por ser um processo autônomo, ao qual todos estamos sujeitos, resta-nos, ainda, ao entender a dinâmica dos efeitos psicofísicos no nosso organismo, tentar utilizar alguns dos sintomas a nosso favor (analgesia e aumento de força p. ex.), através de treinamentos específicos.

Conhecer as reações humanas automáticas, e, em especial, nossas reações particulares em situações de perigo, poderá favorecer uma forma de alterar o nosso comportamento e auxiliar a regular, de maneira produtiva e satisfatória, as nossas emoções, em especial, o medo.

Assim, percebemos que a capacidade de agir racionalmente diante de situações de perigo, favorecendo o autocontrole, a interação e diminuindo o tempo das reações psicofisiológicas, está ligada a uma conduta alerta e ao nosso preparo mental, como abordado no decorrer deste manual.



Atenção!

Em situações críticas, os criminosos também são submetidos a alterações psicofisiológicas, ampliando a necessidade de retorno à racionalidade por parte de quem foi alvo da ação criminosa.

Efeitos psicofísicos provocados pelo estresse

REAÇÃO DE ALARME DO CORPO



ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS



Liberação de adrenalina na corrente sanguínea, secretada pela glândula suprarrenal



Aumento da frequência cardíaca e pressão arterial (aceleramento da pulsação)



Concentração sanguínea (o sangue é desviado para o grupo dos grandes músculos e órgãos vitais)



Alteração do ritmo respiratório, apresentando estado de ofegância (tontura e desmaios)



Tremores nas mãos e joelhos



Dilatação das pupilas para aumento da eficiência visual



Analgesia (tolerância a dor)



Aumento da força física e perda da coordenação motora sutil



DETERIORAÇÃO DA DESTREZA

REAÇÕES PSICOLÓGICAS



Túnel de visão comprometimento da "visão periférica"



Exclusão auditiva



Taquiipsiquia (faz com que a pessoa perca, de certa forma, a noção exata de tempo, provocando às vezes a sensação de que os acontecimentos estão ocorrendo em "câmera lenta")

Nota: pesquisas realizadas na Universidade de Columbia nos EUA apontam que a reação de luta ou fuga pode estar associada a um hormônio denominado osteocalcina. Ao detectar o perigo, o cérebro indicaria primeiro aos ossos que devem liberar o hormônio, e só aí que começaria a resposta geral ao estresse, que inclui a liberação de adrenalina.

Mas o que devemos fazer se a violência acontecer?

Saber como agir em eventos violentos implica em decisões rápidas. Aprendemos que a nossa segurança depende, basicamente, de três fatores: estar alerta, preparado mentalmente e ser eficiente na sua ação.

Corroborando as informações desta concepção, a escritora Amanda Ripley, no livro “O Impensável”, após ter estudado o comportamento de pessoas submetidas a cenários de stress, desde sobreviventes de desastres, como o atentado do World Trade Center, a vítimas de assaltos, destaca a importância de treinarmos nossa mente para saber o que fazer em situações de ameaça inesperadas.

Então, em situações dessa natureza:

Sendo oportuno, procure um refúgio seguro. *Atenção, estar escondido não significa que esteja protegido.*

Sendo oportuno, procure um refúgio seguro, que além lhe esconder do ator hostil, o mantenha protegido. Dê preferência a locais que tenham uma melhor proteção balística como: motor e rodas de veículos, paredes, colunas e muros de concreto, árvores com troncos largos etc.

Em ataques multidirecionais (atentados, assassinos ativos, entre outros), antes de se deslocar, procure identificar a origem do ataque (sons de disparos, gritos etc.), evitando se evadir na direção da ameaça.

Não tente render ou desarmar o criminoso. Reduza o perigo, não o aumente.



Lembre-se!

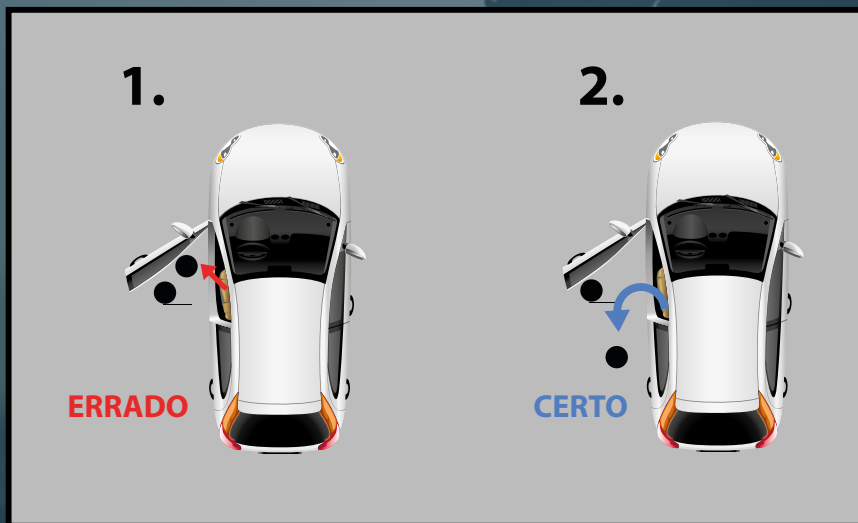
Norteie suas ações considerando que sua integridade física é o mais importante e que bens materiais podem ser substituídos. Não hesite, concentre-se em escapar.

Se for assaltado

Assaltantes valem-se, principalmente, do fator surpresa, da desatenção e de outros comportamentos facilitadores para escolherem suas vítimas.

Caso mandem você descer do veículo, adote os seguintes procedimentos:

- Saia imediatamente indo para o sentido contrário do veículo, abstendo-se de passar entre a porta aberta e o criminoso, evitando que ele mude de ideia e te puxe ou empurre novamente para dentro do veículo.



- Avise ao assaltante acerca dos movimentos que precisa realizar, como: desengatar o carro, soltar o cinto de segurança, abrir a porta, retirar o seu filho do banco de trás etc. São medidas importantes para evitar que o assaltante confunda seus movimentos como forma de reação.
- Ao perceber que poderá sair do carro, não buzine, não grite nem faça movimentos bruscos.
- Deixe que levem o veículo ou qualquer outro bem sem barganhar por qualquer objeto.

Caso mantenham você dentro do veículo:

- Embora seja um momento de grande tensão, tente permanecer calmo e manter a situação sob controle.
- Evite gritar ou discutir, seu nervosismo poderá aumentar a tensão e provocar uma atitude mais agressiva em seu desfavor.
- Responda, com calma, somente o que lhe for perguntado e, mais uma vez, avise sobre qualquer gesto ou movimento a ser realizado.
- Não faça movimentos bruscos, pois podem ser traduzidos como agressão.
- Procure memorizar, sem chamar a atenção, todos os detalhes possíveis, fisionomia, cor de pele, modo e frases usadas, roupas, gírias, trejeitos, trajetos e locais visitados, veículos utilizados etc.
- Não olhe diretamente para os marginais. Isto poderá ser interpretado como uma ameaça ou desafio.
- Não discuta com o criminoso, evitando acirrar a animosidade.
- Não se identifique como integrante do Ministério Público.
- Se avaliar uma forma segura de fugir, escape. Contudo, sempre considere a possibilidade de haver mais indivíduos envolvidos na cobertura.
- Ligue para a polícia assim que possível, transmitindo a descrição e o possível trajeto seguido com os detalhes possíveis e peça apoio.
- Registre a ocorrência em uma delegacia de polícia.

Lembre-se!



Caso tenha havido algum descuido e seja abordado dentro do carro, na hipótese de que o foco da ação criminosa seja o veículo, saia do carro o quanto antes e afaste-se, pois a intenção inicial do criminoso pode mudar. Geralmente, crimes com mudanças de cenários se desdobram em outras ações mais violentas.

Ao presenciar um assalto ou furto

- Mantenha-se afastado do local, não interfira diretamente, para não colocar em risco sua integridade física. Avalie as circunstâncias, reúna as informações essenciais, ligue para o telefone 190 e repasse os dados possíveis. Após a saída do delinquente, sendo seguro, procure ajudar a vítima.
- Atente-se ao fato de que a rapidez em acionar a Polícia Militar aumentará a possibilidade de socorro à vítima, além de possibilitar a recuperação dos bens furtados ou roubados.

Furto de veículos ou de objetos no interior do veículo

No caso de furto de veículos ou de objetos em seu interior, como chaves, dispositivos de acesso à residência (controles e cartões), cartões bancários, documentos e outros, além do pertinente registro policial e possível levantamento pericial, será necessário realizar algumas medidas:

- Providenciar a troca dos segredos das fechaduras correspondentes às chaves subtraídas.
- Comunicar o ocorrido à administração do condomínio para que seja realizada a inativação dos controles e cartões de acesso.
- Informar as operadoras dos cartões de crédito acerca do furto, no intuito de efetuar o bloqueio dos cartões.

Deslocamentos no seu trabalho

Chegada e saída

Além das recomendações contidas na seção *segurança em deslocamentos*, destaca-se:

- Rotina e segurança não combinam, evite trajetos e horários sistemáticos, variando momentos de chegada e saída da Unidade. Estude e domine os seus itinerários e defina ao menos mais um trajeto alternativo para ir e voltar ao trabalho.
- Ao chegar, atenção redobrada ao se aproximar da entrada de veículos em sua unidade, principalmente em relação a possíveis pontos de parada (lombadas, faixa de pedestres, p. ex.) e pontos específicos, como: árvores, paradas de ônibus, veículos estacionados, motocicletas paradas de forma irregular etc., a fim de evitar ser surpreendido e abordado por elementos hostis.
- Evite divulgar sua rotina pessoal e agenda funcional a pessoas que não tenham real necessidade de conhecê-las. Somente pessoas de sua confiança devem ser informadas sobre seus horários e locais de destino.
- Neste sentido, deixe, no mínimo, um integrante de sua família ou colega de trabalho, de convívio mais próximo, informado de seus compromissos externos e perspectiva de retorno.
- Anote em sua agenda virtual e física os números de telefones da SSI, das autoridades policiais locais, do seu plano de saúde e da seguradora do veículo para acionamento em caso de emergências. Compartilhe essas informações com seus familiares. Tenha anotado, também, o telefone do serviço de portaria e segurança da sua unidade.

- Ao encerrar o seu expediente, antes de sair da unidade, seja a pé ou em veículo, observe se há pessoas em atitude suspeita rondando nas imediações da sua unidade, tentando se esconder atrás de árvores, postes, esquinas, interior de veículos ou outros obstáculos visuais.
- Havendo dúvidas sobre estas circunstâncias, solicite ao serviço de segurança da unidade para verificar a situação antes de deixar o prédio.
- Havendo vagas disponíveis no estacionamento privativo da unidade ou em espaço compartilhado por outras instituições públicas, use sempre essas vagas, abstando-se de estacionar na área externa da promotoria ou em vias e espaços públicos.
- No caso de utilizar transporte de passageiros (táxi) ou por meio de aplicativos, siga as orientações contidas no tópico “Ao utilizar táxi ou transportes por aplicativos”.
- Caso necessite sair muito tarde e tenha estacionado em área pública, pela indisponibilidade de vagas quando de sua chegada ao trabalho, antes do anoitecer, verifique se surgiram vagas no estacionamento privativo e busque seu veículo.
- Evite levar e oriente os colegas para que não levem processos ou documentos importantes para casa, principalmente nos casos de ter estacionado em vagas fora do prédio.

Ministério Público
do Distrito Federal
e Territórios

Deslocamento ao fórum

- Sobretudo em dias de sessões de julgamento envolvendo casos de maior risco, como autores pertencentes a organizações criminosas ou de alta periculosidade conhecida, desloque-se em veículos oficiais, com o desembarque no interior da garagem do fórum, a fim de minimizar riscos à sua segurança.
- Ao fim das sessões, adote procedimento similar para voltar às instalações do MP, desembarcando do veículo oficial na garagem privativa da unidade.
- Avalie, em conjunto com a sua equipe de secretaria, se o traslado à audiência requer atenção especial do serviço de segurança.
- Se for o caso, entre em contato, com antecedência, com a SSI, tanto para orientações quanto às medidas apropriadas para o caso em espécie, como para que sejam adotadas as medidas pertinentes para garantia de sua proteção.

Caso desloque-se em veículo particular

- Utilize sempre vagas no interior do fórum, se possível, na garagem privativa do subsolo.
- Adote os cuidados mencionados no tópico *"ao estacionar"* e tenha especial atenção à presença de réus ou familiares nas proximidades do veículo, tanto na chegada quanto na saída.
- Caso perceba que está sendo seguido, adote as medidas indicadas no item *"Ao suspeitar de que está sendo seguido"*. Abaixo, trazemos dicas sobre como despistar:

Medidas de detecção e despistamento

- Algumas medidas podem ser utilizadas para identificar se estamos sendo seguidos. No entanto, cabe ressaltar que essas ações são usuais quando há convicção de que o acompanhamento realizado tem o intuito de levantar informações a nosso respeito.
- O primeiro passo é ter em mente para onde se deslocar nessas situações (seja rumo a delegacia, quartel, posto policial) a fim de evitar circunstâncias ainda mais arriscadas, pois pode se tratar de uma tentativa de assalto ou outro ilícito.
- Aumentar a velocidade do veículo de forma gradual sempre observando o comportamento do condutor suspeito.
- No caso de rotatória ou retorno no trajeto mentalizado, sinalizar a intenção de mudar de direção e observar o comportamento do condutor suspeito, porém seguir no mesmo rumo.
- Caso o destino que pretenda tomar enseje mudança de direção e o veículo suspeito esteja próximo, ingressar na rotatória, efetuar um giro de 360° observando a conduta do suspeito. Só então mudar de direção para o rumo pretendido e observar se o outro veículo continua no seu encalço.
- No caso de retorno, manter-se na faixa de onde deseja retornar. Ao se aproximar do retorno, verificar se há segurança para realizar a manobra. Caso haja, não utilizar a seta para indicar a mudança de direção, executar a manobra de maneira rápida e verificar como o veículo suspeito se comporta.
- Independentemente da confirmação do acompanhamento (seguimento), não se dirija para casa, e sim a um posto policial, quartel ou delegacia e tente chamar a atenção da polícia ou até mesmo a um lugar com maior aglomeração de pessoas e pedir ajuda.

Caso dirija-se caminhando ao seu destino, além das orientações trazidas na seção "deslocamentos a pé", esteja atento no trajeto:

- A presença de réus soltos, familiares ou pessoas que tenham participado das audiências do dia, sobretudo nos julgamentos que ensejaram condenação dos réus.
- A pessoas em atitudes que destoem como: atrás dos veículos estacionados ou parados no estacionamento externo do fórum ou da promotoria ou tentando se esconder atrás de qualquer anteparo. Nestes casos, não siga em frente, tente retornar ao seu ponto de origem e peça apoio ao serviço de segurança.
- Busque, sempre que possível, deslocar-se pelo trecho mais curto, percorrendo por áreas controladas e cercadas da promotoria e do fórum, priorizando itinerários que contenham postos de segurança ou visualização pelo serviço de segurança ou vigilância das instituições.
- Procure planejar os momentos de chegada às audiências de forma a evitar aproximação e contato direto com réus e familiares.
- Ao anoitecer, evite deslocar-se a pé, principalmente desacompanhado, solicitando apoio do policial militar escalado no fórum ou na promotoria, do serviço de transporte oficial ou da segurança.

Importante!



Ao término das audiências, sobretudo em ocasiões de condenações a penas altas e sessões em que tenha havido animosidade ou alguma anormalidade, solicite apoio do policial militar escalado no fórum ou promotoria, da unidade de transporte de autoridades ou do serviço de segurança.

Referências

1. Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. Fórum Brasileiro de Segurança Pública. Atlas da Violência. 2018. Disponível em: <https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/relatorio_institucional/180604_atlas_da_violencia_2018.pdf>. Acesso em 02 jun. 2020.
2. BRASIL. Conselho Nacional de Justiça. Guia de segurança pessoal para magistrados. 2017. Disponível em: <<https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2017/09/e3e89ee45236107bcfcb1ea810826b16.pdf>>. Acesso em: 1º jun. 2020.
3. FARRELL, Graham e PEASE, Ken. **Criminology and security**. In: GILL, M. **The handbook of security**. Loughborough University. Perpetuity Press, 2005.
4. RIPLEY, Amanda. **O Impensável. Como e Por Que as Pessoas Sobrevivem a Desastres**. Rio de Janeiro: Globo Editora, 2008.
5. SCAER, Robert C. **The Trauma Spectrum: hidden wounds and human resiliency**. New York: W.W. Norton & Company, 2005.
6. STRONG, Sanford. **Defenda-se. Um manual de sobrevivência ao crime urbano com regras que protegem você e sua família**. São Paulo: Harbra, 2000.



Importante



Atente-se a repassar todas essas orientações aos seus familiares.

Participe das ações de treinamento, cursos e oficinas oferecidos pela SSI em parceria com a SECOR e CAM.

Acesse, baixe e leia os guias, manuais, cartilhas, palestras e informativos de segurança na página da Unidade. Para acessar clique no *link da página da SSI* sobre cartilhas e informativos.



Contato

Telefones (61):

3343-9129 (SSI),

3343-9890 (segurança pessoal)

3343-9565 (segurança orgânica)

seguranca@mpdft.mp.br

Página da SSI na intranet do MPDFT



MPDFT
60 ANOS



Ministério Público
do Distrito Federal
e Territórios

Missão do MPDFT

Promover a justiça, a democracia,
a cidadania e a dignidade humana,
atuando para transformar em
realidade os direitos da
sociedade.



Ouvidoria
MPDFT

127

www.mpdft.mp.br/ouvidoria

Eixo Monumental, Praça do Buriti, Lote 2,
Sede do MPDFT, Brasília-DF, CEP 70.091-900
Telefone: (61) 3343-9500 | www.mpdft.mp.br



[mpdftoficial](#)



[mpdftoficial](#)



[mpdft](#)



[mpdftoficial](#)