

VERSÃO ATUALIZADA • AGOSTO DE 2024

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

Dicas de **Segurança**

COMECE A NAVEGAR





COORDENADOR DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

EDUARDO RODRIGUES CAMPOS

ASSESSOR DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

SERGIO RIBEIRO

DIRETOR DE SEGURANÇA INSTITUCIONAL

JOSÉ LUIZ MONTEIRO BARBOSA

GERENTE DA BRIGADA DE INCÊNDIO

DIOGO GONÇALVES PÉCORÁ

GERENTE DE SEGURANÇA INSTITUCIONAL

THIAGO BASTOS BRITO

GERÊNCIA DE SEGURANÇA PESSOAL

ERIC ROSA SCARPINI E CARLOS EDUARDO DA SILVA

DIRETORA DO LABORATÓRIO

DE COMBATE À LAVAGEM DE DINHEIRO

E À CORRUPÇÃO

ALINE PAULA CRUZ SANTOS DE AGUIAR

DIRETOR DE INTELIGÊNCIA CIBERNÉTICA

MARCOS VIEIRA FARIAS

ASSESSOR DE TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO

CELSO LEVY RIBEIRO FERREIRA

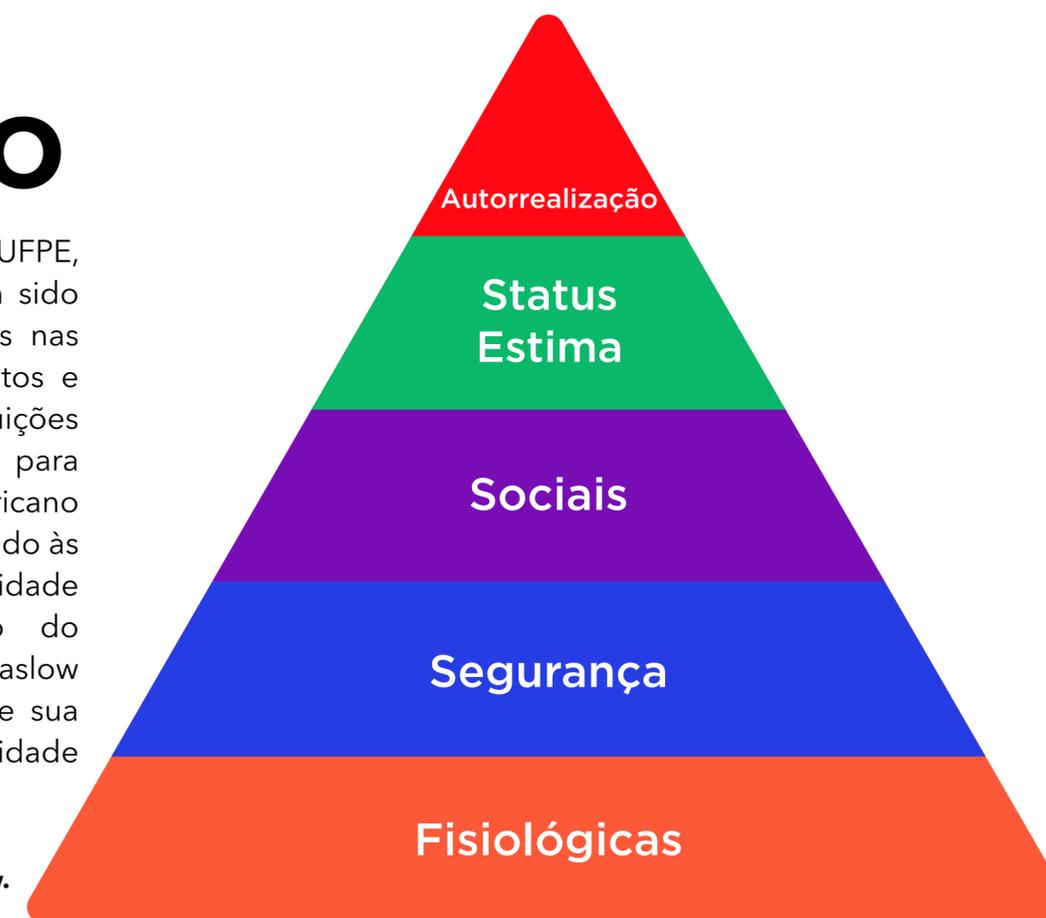
Este manual se destina a orientar membros, servidores e seus familiares sobre métodos preventivos de proteção, buscando prevenir riscos à segurança institucional.

INTRODUÇÃO

Como descreve Cícero Rodrigues, da UFPE, a falta de segurança nos dias atuais tem sido foco frequente nas notícias e discussões nas mídias sociais. Casos constantes de delitos e violência levam a população e as instituições a procurarem as mais diversas normas para se proteger. Segundo o psicólogo americano Abraham Maslow, em seu estudo relacionado às necessidades humanas (1946), cada necessidade humana influencia na autorrealização do indivíduo e na sua progressão pessoal. Maslow mostra a segurança no segundo nível de sua pirâmide (Figura 1), verificando sua necessidade para os seres humanos.

Figura 1 - Pirâmide de Maslow.

Fonte: Elaborado pelo autor.



CONTINUE

INTRODUÇÃO

O cometimento de crimes e infrações, que geram a insegurança, também é refletido dentro dos campi universitários. Casos cada vez mais frequentes de delitos e violência restringem o direito das pessoas à Segurança. A Constituição Federal (CF) de 1988 apresenta em seu Art.144 que "A segurança pública, dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, é exercida para a preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio, através dos seguintes órgãos...". Ainda nesse contexto, a segurança privada se apresenta como uma atividade complementar à segurança pública facultada às pessoas (físicas ou jurídicas), para proteção delas e dos seus bens, por meio da Lei nº 7.102/83, que apresenta no Art.10: "São considerados como segurança privada as atividades desenvolvidas em prestação de serviços com a finalidade de:

I - proceder à vigilância patrimonial das instituições financeiras e de outros estabelecimentos, públicos ou privados, bem como a segurança de pessoas físicas;...". A referida lei foi regulamentada pelo Decreto nº 89.056/83 e normatizada pela Portaria nº 3.233/12 - DG/DPF.

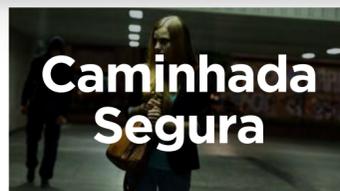
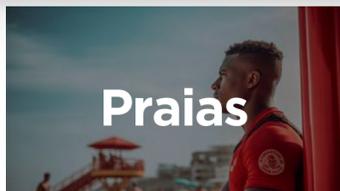
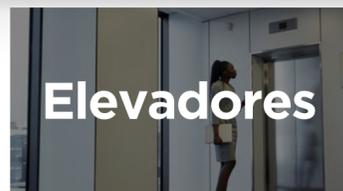
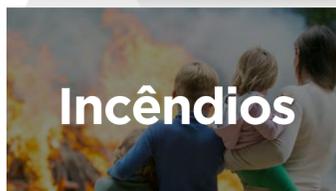
Podemos então conceituar segurança como um estado essencial de normalidade, sensação ou percepção de estar protegido, de riscos, perigos ou perdas. A segurança também pode ser definida como um conjunto de medidas adotado por todos, capaz de assegurar a normalidade e a ordem social.

Diante deste cenário o manual foi desenvolvido com objetivo de fornecer uma série de dicas, visando melhorar a segurança, através da antecipação aos riscos, propiciando uma cultura de prevenção.

VEJA AS DICAS

ESCOLHA O TEMA ▾

◀ VOLTAR AO INÍCIO



◀ VOLTAR AO MENU

Cuidados ao Telefone

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA



[◀ VOLTAR AO MENU](#)

LINHA SEGURA

1 TRATE O TELEFONE COMO UM **MEIO DE COMUNICAÇÃO SEM SEGURANÇA**, PRINCIPALMENTE, O CELULAR

2 **AO ATENDER O TELEFONE, NÃO FORNEÇA O NÚMERO OU NOME.** VERIFIQUE A IDENTIDADE DE QUEM CHAMA ANTES DE PRESTAR QUALQUER INFORMAÇÃO

3 **EVITE MANTER SEU NÚMERO NA LISTA TELEFÔNICA**

4 OS EMPREGADOS E MEMBROS DA FAMÍLIA DEVEM RECEBER INSTRUÇÕES PARA **NUNCA FORNECER DADOS PESSOAIS**, DETALHES DA LOCALIZAÇÃO OU MOVIMENTAÇÃO DE QUALQUER UM DOS MORADORES

5 INSTALE UM IDENTIFICADOR DE CHAMADAS (**BINA**)

6 **TENHA ESPECIAL ATENÇÃO COM CHAMADAS A COBRAR.** LEMBRE-SE DE QUE A MAIORIA DOS CASOS DE EXTORSÃO É EFETUADA A PARTIR DESSAS LIGAÇÕES

7 NÃO SE ILUDA COM PRÊMIOS E SORTEIOS. **PROCURE NÃO ACEITAR OFERTAS DE PRODUTOS.** NÃO CEDA ÀS PRESSÕES POR PEDIDOS DE DEPÓSITOS BANCÁRIOS OU SAQUES



◀ VOLTAR AO MENU

Cuidados ao **Volante**

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

DIREÇÃO & SEGURANÇA

1 **FAÇA REVISÕES PERIÓDICAS EM SEU VEÍCULO**, EVITANDO, ASSIM, PARADAS DESNECESSÁRIAS EM LOCAIS DE RISCO

2 **COLOQUE PELÍCULA PROTETORA (INSULFILM) NOS VIDROS DOS CARROS.** O ACESSÓRIO DIFICULTA QUE SE VEJA O INTERIOR DO VEÍCULO

3 **PLANEJE, ANTECIPADAMENTE, SEU ITINERÁRIO**, CONHECENDO CAMINHOS ALTERNATIVOS E PONTOS DE APOIO (DELEGACIAS, UNIDADES MILITARES, HOSPITAIS, ETC.)

4 **USE GPS (GLOBAL POSITION SYSTEM)** E APLICATIVOS EVITANDO UTILIZAR VIAS CONHECIDAMENTE PERIGOSAS, PRINCIPALMENTE EM HORÁRIOS TARDIOS

5 **EVITE TRAFEGAR EM VIAS SECUNDÁRIAS**, SOBRETUDO EM HORÁRIO NOTURNO

6 **EVITE ANDAR SOZINHO**, PRINCIPALMENTE À NOITE

7 **MANTENHA AS PORTAS DO VEÍCULO TRAVADAS**

8 **TRAFEGUE COM OS VIDROS FECHADOS**

9 **EVITE ABRIR OS VIDROS** PARA ATENDER A AMBULANTES E A PEDINTES

10 **EVITE EXIBIR JOIAS E RELÓGIOS**



DIREÇÃO & SEGURANÇA



11 COLOQUE **BOLSAS, PASTAS E OBJETOS CHAMATIVOS NO PORTA-MALAS OU NO ASSOALHO** DO VEÍCULO

12 **ESTEJA SEMPRE ATENTO À MOVIMENTAÇÃO DE PESSOAS E VEÍCULOS**, UTILIZANDO OS RETROVISORES

13 **REDUZA A VELOCIDADE NA APROXIMAÇÃO DE SEMÁFOROS FECHADOS**, DE MANEIRA A PERMANECER O MENOR TEMPO POSSÍVEL PARADO

14 **A MAIORIA DAS ABORDAGENS POR MELIANTES OCORRE PELO LADO DO MOTORISTA**. GERALMENTE, ELES PARTEM DAS CALÇADAS E CANTEIROS. PORTANTO, UTILIZE, PREFERENCIALMENTE, AS FAIXAS CENTRAIS

15 QUANDO INEVITÁVEL A PARADA EM **SEMÁFOROS**, **PROCURE NÃO FICAR NAS PRIMEIRAS FILAS**

16 AO PARAR EM SEMÁFOROS, **POSICIONE-SE DE MANEIRA A FECHAR O "CORREDOR"** UTILIZADO POR MOTOCICLISTAS

17 **MANTENHA DISTÂNCIA DO VEÍCULO DA FRENTE**, DE MANEIRA A VISUALIZAR OS SEUS PNEUS TRASEIROS PARA A REALIZAÇÃO DE MANOBRAS EVASIVAS, SE NECESSÁRIO

18 SE FOR UTILIZAR TRANSPORTE DE **TÁXI**, **DÊ PREFERÊNCIA ÀS COOPERATIVAS**, CHAMANDO O SERVIÇO PELO TELEFONE OU SE DIRIGINDO AOS PONTOS FIXOS NAS RUAS, SHOPPINGS, HOTÉIS, ETC.

19 SE FOR ABORDADO POR MELIANTES, **NÃO REAJA, NÃO GRITE, NÃO BUZINE, NÃO ACERELE O VEÍCULO E NÃO FAÇA MOVIMENTOS BRUSCOS**.



Falso Sequestro

Extorsão por telefone



COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

CUIDADO COM A ARMADILHA

1 NO CASO DE UMA LIGAÇÃO EM QUE O INTERLOCUTOR PERGUNTE: **"QUEM ESTÁ FALANDO?"** OU **"DE ONDE ESTÃO FALANDO?"**, **NÃO FORNEÇA NENHUMA DESSAS INFORMAÇÕES.** RESPONDA FAZENDO OUTRA PERGUNTA: **"COM QUEM DESEJA FALAR?"** OU **"QUE NÚMERO DISCOU?"**

2 QUANDO RECEBER **LIGAÇÃO PEDINDO CONFIRMAÇÃO DO ENDEREÇO** PARA A ENTREGA DE PRESENTES, BRINDES OU FLORES, PROCURE SABER DE ONDE FALA E QUAL É O NOME DO ESTABELECIMENTO, DIZENDO QUE LIGARÁ EM SEGUIDA DANDO A INFORMAÇÃO SOLICITADA

3 AO RECEBER UM **TELEFONEMA COMUNICANDO QUE UM FAMILIAR OU AMIGO ESTÁ DOENTE OU SOFREU UM ACIDENTE**, PEÇA E ANOTE TODAS AS INFORMAÇÕES POSSÍVEIS, COMO QUEM ESTÁ FALANDO E QUAL O TELEFONE DE CONTATO PARA CONFIRMAÇÃO. SERVIDORES PÚBLICOS NUNCA LIGAM A COBRAR DE TELEFONES CELULARES



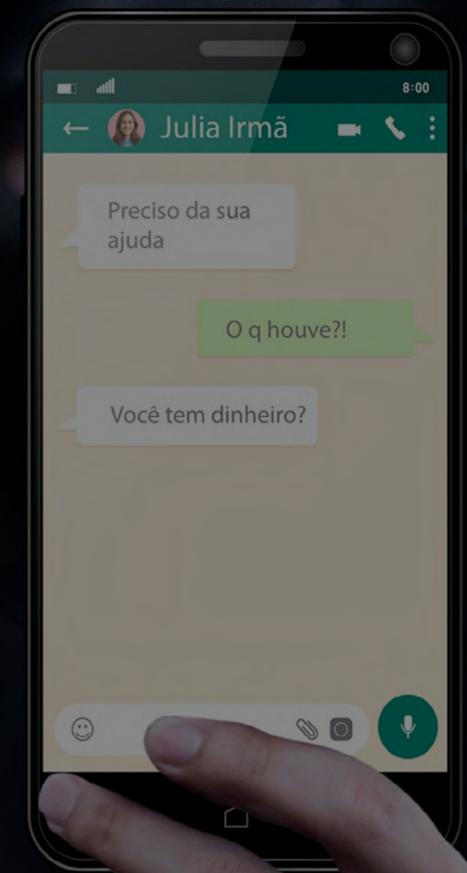
4 QUANDO RECEBER UMA **LIGAÇÃO COMUNICANDO QUE ALGUM FAMILIAR OU AMIGO FOI "SEQUESTRADO"**, INSISTA PARA FALAR DIRETAMENTE COM ELE. AO MESMO TEMPO E SEM INFORMAR AO "SEQUESTRADOR", TENDE LOCALIZAR A VÍTIMA UTILIZANDO TODOS OS RECURSOS POSSÍVEIS, ACIONANDO AMIGOS E FAMILIARES, MAS SEM FAZER COMENTÁRIOS DE UM POSSÍVEL SEQUESTRO

5 **MANTENHA A CALMA.** NÃO AJA IMPULSIVAMENTE. NÃO FORNEÇA NENHUMA INFORMAÇÃO, NEM CONFIRME DADOS

6 **HAVENDO DÚVIDAS, TRATE A LIGAÇÃO COMO SE FOSSE REALMENTE UM CASO DE SEQUESTRO.** SE TIVER QUE TOMAR ALGUMA ATITUDE E SE DESLOCAR PARA ALGUM LUGAR, PEÇA AJUDA E NÃO FAÇA NADA SOZINHO. COMUNIQUE O FATO À DELEGACIA POLICIAL

Golpe Perfil Falso WhatsApp

VOLTAR AO MENU



PERIGO NO WHATSAPP

◀ VOLTAR AO MENU

NESTA MODALIDADE DELITUOSA, O AUTOR CRIA UMA CONTA FALSA NO APLICATIVO WHATSAPP COM DADOS E FOTOS DE PESSOAS DO RELACIONAMENTO (PARENTES/ AMIGOS) DAS VÍTIMAS E REALIZA CONTATOS ATRAVÉS DE MENSAGENS DE TEXTO, ONDE INFORMA QUE MUDOU O NÚMERO DO TELEFONE E PEDE PARA SALVAR O “NOVO NÚMERO”. ESTABELECIDO A INTERLOCUÇÃO COM A VÍTIMA, QUE ACREDITA ESTAR INTERAGINDO NO APLICATIVO DE MENSAGENS COM AQUELE AMIGO OU PARENTE, O ESTELIONATÁRIO INFORMA QUE ESTÁ COM PROBLEMAS NO APLICATIVO DO BANCO E PRECISA QUITAR UMA CONTA OU FAZER UMA TRANSFERÊNCIA COM URGÊNCIA. EM SEGUIDA, INFORMA OS DADOS BANCÁRIOS E DA CHAVE PIX PARA QUE SEJA REALIZADA A TRANSFERÊNCIA PARA QUITAÇÃO DAQUELA CONTA/ TRANSFERÊNCIA, ACRESCENTANDO QUE O VALOR SERÁ DEVOLVIDO TÃO LOGO SEU PROBLEMA BANCÁRIO ESTEJA SOLUCIONADO.

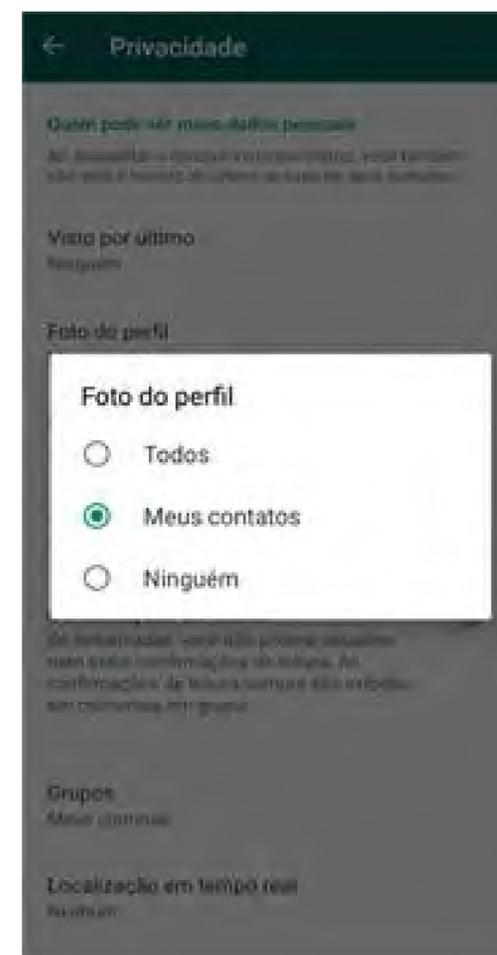
A DIFERENÇA DESTE GOLPE PARA OS DEMAIS É DE QUE A CONTA NO APLICATIVO DE MENSAGENS É CRIADA A PARTIR DE OUTRO NÚMERO DE TELEFONE E NÃO HÁ CLONAGEM DO NÚMERO DO USUÁRIO CUJOS DADOS ESTÃO SENDO UTILIZADOS PARA O GOLPE.

DIANTE DOS RECORRENTES CASOS DE ESTELIONATO PERPETRADOS NESTA MODALIDADE QUE TEM SIDO REPORTADOS À CSI, RECOMENDAMOS:

1 **DIVULGAR AS INFORMAÇÕES ACERCA DESTA PRÁTICA DELITUOSA ENTRE AMIGOS E PARENTES, ESPECIALMENTE OS MAIS PRÓXIMOS;**

2 RESTRINGIR AS CONFIGURAÇÕES DE PRIVACIDADE DAS REDES SOCIAIS;

3 RESTRINGIR AS CONFIGURAÇÕES DE PRIVACIDADE DA FOTO DE PERFIL DO WHATSAPP APENAS PARA “MEUS CONTATOS”.



CASO SEJA IDENTIFICADA A CRIAÇÃO DE UM PERFIL FALSO DE USUÁRIO DO WHATSAPP, SUGERIMOS QUE SEJAM ADOTADAS AS SEGUINTE PROVIDÊNCIAS:

- ENVIE E-MAIL PARA SUPPORT@WHATSAPP.COM COM CÓPIA PARA CSI.COORDENACAO@MPRJ.MP.BR
- COLOQUE NO CABEÇALHO: “PERFIL FAKE - DESATIVAR CONTA”
- INFORME O NÚMERO UTILIZADO NO PERFIL FAKE;
- MENCIONE SEU TELEFONE NO FORMATO +55(DDD) ANTES DO TELEFONE;
- NO CORPO DA MENSAGEM RELATE O PROBLEMA;
- ADICIONE UM PRINT DE TELA DO PERFIL FALSO;
- CASO NECESSÁRIO, REENVIE O E-MAIL.



Cuidados em Operações bancárias



COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

OPERAÇÕES BANCÁRIAS FÍSICAS

CSI | MPRJ

◀ VOLTAR AO MENU

- 1 CHEQUES, EXTRATOS, FATURAS DE CARTÕES DE CRÉDITO E DEMAIS INFORMAÇÕES SOBRE SUAS OPERAÇÕES BANCÁRIAS SÃO IMPORTANTES DOCUMENTOS QUE DEVEM SER GUARDADOS E MANUSEADOS COM EXTREMA CAUTELA
- 2 CUIDADO AO PORTAR TALÃO DE CHEQUES. SE POSSÍVEL, TENHA CONSIGO SOMENTE A QUANTIDADE DE FOLHAS NECESSÁRIA À SUA UTILIZAÇÃO DIÁRIA
- 3 NÃO ENTREGUE FOLHAS DE CHEQUES PARA TERCEIROS PREENCHEREM. SEMPRE QUE POSSÍVEL, IDENTIFIQUE O NOME DO FAVORECIDO
- 4 NO CASO DE PERDA OU FURTO DE TALÕES DE CHEQUE OU CARTÕES, COMUNIQUE IMEDIATAMENTE AO SEU BANCO
- 5 CONFIRA PERIODICAMENTE O SEU EXTRATO. EM CASO DE TRANSAÇÕES SUSPEITAS, COMUNIQUE IMEDIATAMENTE AO SEU BANCO
- 6 NA UTILIZAÇÃO DE CAIXAS ELETRÔNICOS FORA DO HORÁRIO DE EXPEDIENTE BANCÁRIO, PROCURE AMBIENTES INTERNOS E DE GRANDE MOVIMENTAÇÃO (SHOPPINGS, POSTOS DE GASOLINA E LOJAS DE CONVENIÊNCIA). NA REAL NECESSIDADE DE EFETUAR SAQUES EM HORÁRIO NOTURNO, TENHA CUIDADO PARA NÃO LEVAR UMA OU MAIS PESSOAS ADULTAS QUE POSSAM PERMANECER FORA DA CABINE, COMO SE ESTIVESSEM NA FILA

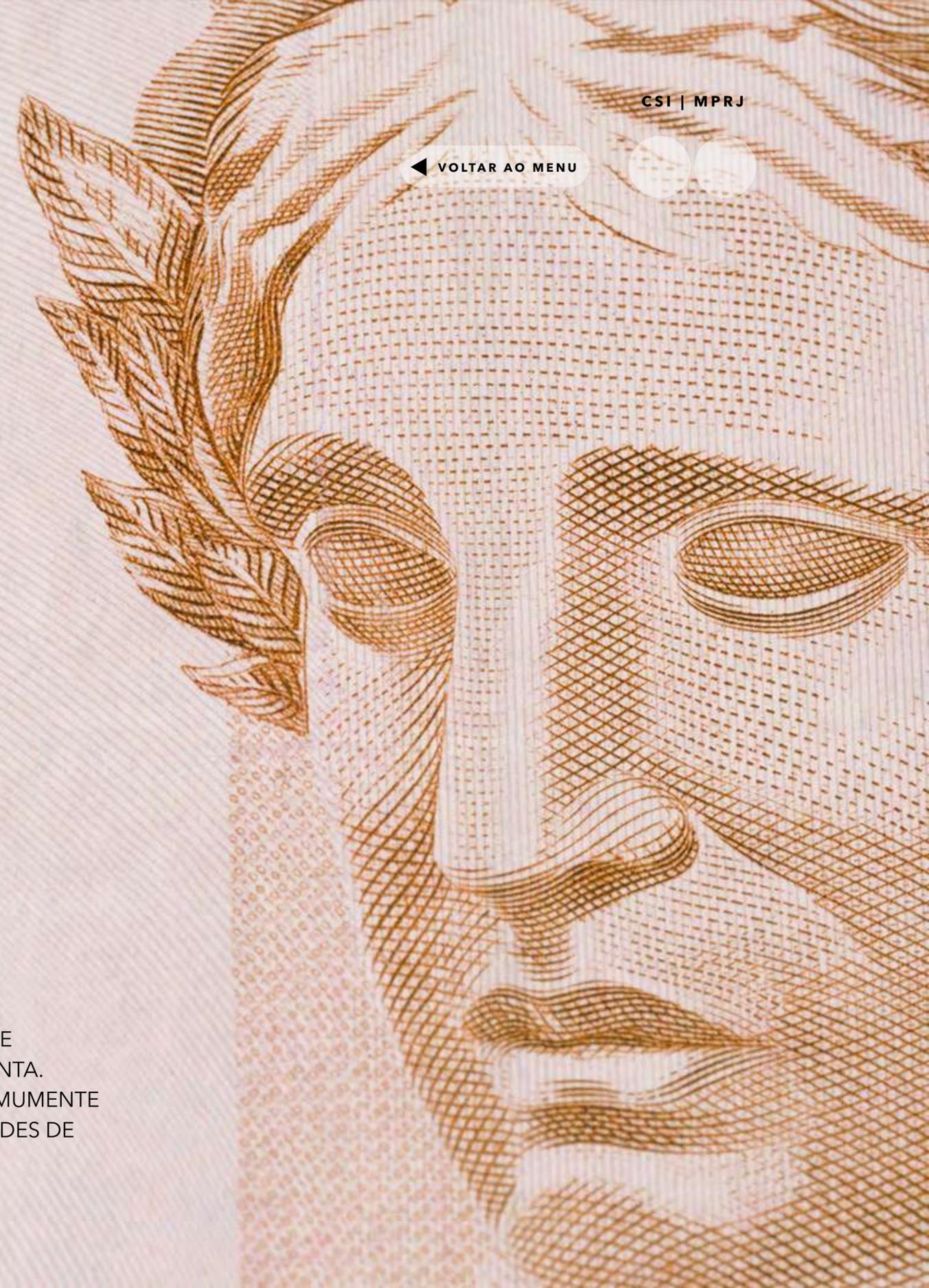


OPERAÇÕES BANCÁRIAS FÍSICAS

CSI | MPRJ

◀ VOLTAR AO MENU

- 7 MANTENHA O CORPO PRÓXIMO AO CAIXA ELETRÔNICO, DE MANEIRA A IMPEDIR A VISUALIZAÇÃO DOS DADOS EXPOSTOS NA TELA
 - 8 ESTEJA ATENTO A PESSOAS SUSPEITAS OU CURIOSAS NO INTERIOR DA CABINE OU NAS PROXIMIDADES. NA DÚVIDA, NÃO REALIZE A OPERAÇÃO
 - 9 JAMAIS ACEITE AJUDA DE ESTRANHOS
 - 10 SUAS SENHAS NÃO DEVEM SER ESCRITAS EM LOCAIS DE FÁCIL ACESSO. PROCURE GRAVÁ-LAS E DESTRUÍ-LAS EM SEGUIDA. É RECOMENDÁVEL A TROCA DE SENHAS PERIODICAMENTE
 - 11 NUNCA ESCOLHA SENHAS QUE POSSAM SER FACILMENTE DESCOBERTAS POR TERCEIROS (DATA DE NASCIMENTO, NÚMERO DE IDENTIDADE, PLACAS DE AUTOMÓVEIS, ETC.)
 - 12 NUNCA FORNEÇA SENHAS OU DEMAIS DADOS CONFIDENCIAIS POR TELEFONE, MESMO EM CASO DE INFORMAÇÃO SOBRE O RECEBIMENTO DE PRÊMIOS
- 13 NÃO SE PRESTE A RECEBER CRÉDITOS DE PESSOAS DESCONHECIDAS EM SUA CONTA. PROPOSTAS DESSA NATUREZA SÃO COMUMENTE FEITAS POR GOLPISTAS NAS PROXIMIDADES DE BANCOS E CAIXAS ELETRÔNICOS



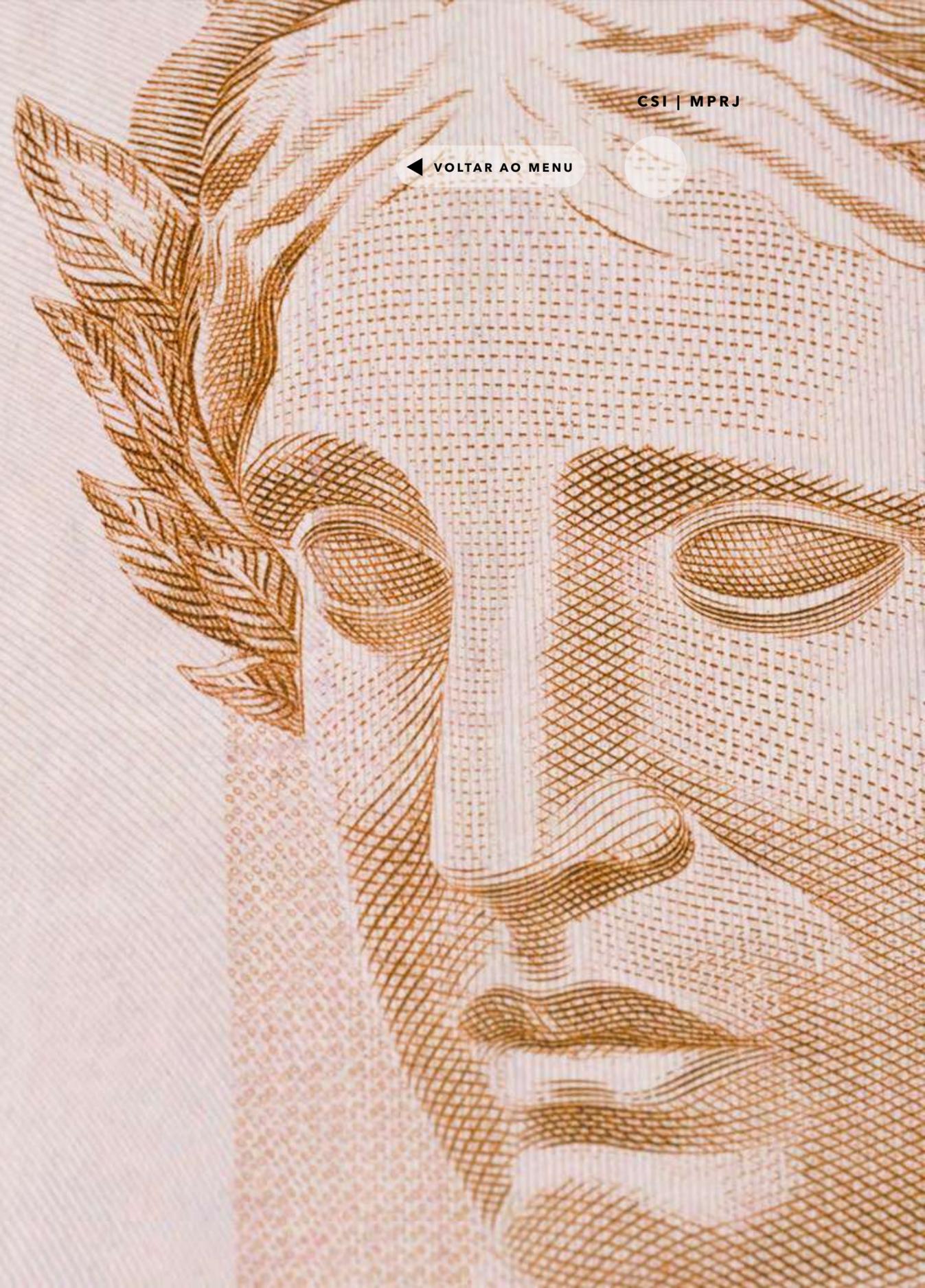
OPERAÇÕES BANCÁRIAS PELA INTERNET

1 NÃO UTILIZE COMPUTADORES DE TERCEIROS (LAN HOUSES, AEROPORTOS, CYBERCAFÉS, STANDS DE EVENTOS, ETC.) PARA FAZER OPERAÇÕES FINANCEIRAS

2 PARA COMPRAS PELA INTERNET, USE APENAS SITES CONHECIDOS, SEGUROS E RECOMENDADOS POR TERCEIROS

PAGAMENTO POR APROXIMAÇÃO

1 PARA OS DISPOSITIVOS QUE POSSUEM A OPÇÃO DE PAGAMENTO POR APROXIMAÇÃO, PEÇA AO SEU BANCO PARA ATIVAR AS NOTIFICAÇÕES A CADA TRANSAÇÃO, BEM COMO ESTABELECEER UM LIMITE DE VALOR PARA ESTE TIPO DE PAGAMENTO



◀ VOLTAR AO MENU

Viagens em

Estradas Fluminenses

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

CUIDADOS NAS ESTRADAS FLUMINENSES

[◀ VOLTAR AO MENU](#)

- 1 EM CASO DE ACIDENTE EM RODOVIAS ESTADUAIS, LIGUE 190. JÁ EM RODOVIAS FEDERAIS DISQUE 191
- 2 SE PRECISAR PARAR DURANTE A VIAGEM, PROCURE UM POSTO POLICIAL OU UM POSTO DE GASOLINA, EVITANDO A PERMANÊNCIA NO ACOSTAMENTO DA RODOVIA
- 3 EVITE TRAFEGAR POR VIAS SECUNDÁRIAS, ESPECIALMENTE À NOITE E COM CHUVA. CERTIFIQUE-SE DE QUE A ROTA APONTADA PELO GPS É O PRINCIPAL ACESSO AO DESTINO
- 4 FAÇA REVISÕES PERIÓDICAS EM SEU VEÍCULO, EVITANDO, ASSIM, PARADAS DESNECESSÁRIAS EM LOCAIS DE RISCO, INCLUSIVE OCORRÊNCIAS PARA ABASTECIMENTO QUE PODERIAM TER SIDO FEITAS NO LOCAL DE SAÍDA
- 5 COLOQUE PELÍCULA PROTETORA (INSULFILM) NOS VIDROS DOS CARROS. O ACESSÓRIO DIFICULTA QUE SE VEJA O INTERIOR DO VEÍCULO
- 6 MANTENHA AS PORTAS DO VEÍCULO SEMPRE TRAVADAS, SOBRETUDO EM POSSÍVEIS CONGESTIONAMENTOS
- 7 ESTEJA SEMPRE ATENTO À MOVIMENTAÇÃO DE PESSOAS E VEÍCULOS, UTILIZANDO OS RETROVISORES
- 8 A MAIORIA DAS ABORDAGENS POR MELIANTES OCORRE PELO LADO DO MOTORISTA. GERALMENTE, ELES PARTEM DAS CALÇADAS E CANTEIROS. PORTANTO, UTILIZE, PREFERENCIALMENTE, AS FAIXAS CENTRAIS

CUIDADOS NAS ESTRADAS FLUMINENSES

[◀ VOLTAR AO MENU](#)

9 TENHA SEMPRE CARREGADOR DE CELULAR AUTOMOTIVO, A FALTA DE COMUNICAÇÃO É SEMPRE ELEMENTO DIFICULTADOR EM CASOS DE EMERGÊNCIA

10 MANTENHA SEMPRE UMA DISTÂNCIA DO VEÍCULO DA FRENTE, DE MANEIRA A VISUALIZAR OS SEUS PNEUS TRASEIROS PARA A REALIZAÇÃO DE MANOBRAS EVASIVAS, SE NECESSÁRIO. EM ESTRADAS DE ALTA VELOCIDADE AS ABORDAGENS COSTUMAM ACONTECER APÓS A ULTRAPASSAGEM E FRENAGEM BRUSCA

11 SE FOR ABORDADO POR MELIANTES, NÃO REAJA, NÃO GRITE, NÃO BUZINE, NÃO ACELERE O VEÍCULO E NÃO FAÇA MOVIMENTOS BRUSCOS

12 A EVASÃO CITADA NO ITEM 10 É VINCULADA A INTERPRETAÇÃO QUE O MOTORISTA FARÁ NO CASO ESPECÍFICO DA SITUAÇÃO EMERGENCIAL, JAMAIS A EVASÃO É UMA REGRA, CASO CONTRÁRIO, SERIA ANTAGÔNICA AOS PRECEITOS DO ITEM 11

13 EVITAR MANUSEAR APARELHOS TELEFÔNICOS NA ESTRADA, SOBRETUDO À NOITE, A LUZ DO CELULAR PODE SER VISTA DE LONGE, CHAMANDO A ATENÇÃO DE ELEMENTOS HOSTIS DESNECESSARIAMENTE

14 A VIOLÊNCIA URBANA É FATOR DE EXTREMA PREOCUPAÇÃO, CONTUDO, EM ESTRADAS DE ALTA VELOCIDADE ACIDENTES AUTOMOBILÍSTICOS SÃO A MAIOR CAUSA DE LETALIDADE E GRAVES LESÕES, PORTANTO, TENHA ATENÇÃO ÀS DICAS DE SEGURANÇA NO TOCANTE A PERCEPÇÃO DE ELEMENTOS HOSTIS, CONTUDO, NÃO ADOTE CONDUTAS AGRESSIVAS NO TRÂNSITO QUE EXPONHA SUA SEGURANÇA NA ESTRADA, LEMBRE-SE: VOCÊ ESTÁ EM ALTA VELOCIDADE

15 POR FIM, PLANEJE ANTECIPADAMENTE SEU ITINERÁRIO, CONHECENDO CAMINHOS ALTERNATIVOS E PONTOS DE APOIO (DELEGACIAS, UNIDADES MILITARES, HOSPITAIS, ETC.)



◀ VOLTAR AO MENU

Segurança na Internet

MPRJ
CSI COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA



SEGURANÇA NA INTERNET



1 SAIA USANDO LOGOUT, SAIR OU EQUIVALENTE

AO ACESSAR SEU E-MAIL, SUA CONTA NUM SITE DE COMÉRCIO ELETRÔNICO, SEU INTERNET BANKING OU QUALQUER OUTRO SERVIÇO QUE EXIJA QUE VOCÊ FORNEÇA UM NOME DE USUÁRIO E UMA SENHA, CLIQUE EM UM BOTÃO/LINK DE NOME LOGOUT, LOGOFF, SAIR, DESCONNECTAR OU EQUIVALENTE, PARA SAIR DO SITE. PODE PARECER ÓBVIO, MAS MUITA GENTE SIMPLEMENTE SAI DO SITE FECHANDO A JANELA DO NAVEGADOR DE INTERNET OU ENTRANDO EM OUTRO ENDEREÇO. ISSO É ARRISCADO PORQUE O SITE NÃO RECEBEU A INSTRUÇÃO DE ENCERRAR SEU ACESSO NAQUELE MOMENTO E ALGUÉM MAL-INTENCIONADO PODE ABRIR O NAVEGADOR E ACESSAR AS INFORMAÇÕES DE SUA CONTA, CASO ESTA NÃO TENHA SIDO FECHADA DEVIDAMENTE.



SEGURANÇA NA INTERNET



2 CRIE SENHAS DIFÍCEIS DE SEREM DESCOBERTAS

NÃO UTILIZE SENHAS FÁCEIS DE SEREM DESCOBERTAS, COMO NOME DE PARENTES, DATA DE ANIVERSÁRIO, PLACA DO CARRO ETC. DÊ PREFERÊNCIA A SEQUÊNCIAS QUE MISTUREM LETRAS E NÚMEROS. ALÉM DISSO, NÃO USE COMO SENHA UMA COMBINAÇÃO QUE TENHA MENOS QUE 6 CARACTERES. O MAIS IMPORTANTE: NÃO GUARDE SUAS SENHAS EM ARQUIVOS DO WORD OU DE QUALQUER OUTRO PROGRAMA. SE NECESSITAR GUARDAR UMA SENHA EM PAPEL (EM CASOS EXTREMOS), DESTRUA-O ASSIM QUE DECORÁ-LA.

TROQUE AS SENHAS **A CADA 3 MESES**



SEGURANÇA NA INTERNET



3 CUIDADOS COM O E-MAIL

O E-MAIL É A PRINCIPAL FORMA DE DISSEMINAÇÃO DE VÍRUS OU CAVALOS-DE-TROIA (PROGRAMAS QUE ROUBAM DADOS DO COMPUTADOR). TOME CUIDADO AO RECEBER MENSAGENS QUE PEDEM PARA ABRIR O ARQUIVO ANEXO, PRINCIPALMENTE SE O E-MAIL VEIO DE ALGUÉM QUE VOCÊ NÃO CONHECE. ANTES DE ABRIR UM ARQUIVO ANEXADO À MENSAGEM, TENHA CERTEZA DE QUE ELE NÃO APRESENTA RISCOS, VERIFICANDO-OS COM FERRAMENTAS ANTIMALWARE (SÃO AQUELAS QUE PROCURAM DETECTAR E, ENTÃO, ANULAR OU REMOVER OS CÓDIGOS MALICIOSOS DE UM COMPUTADOR. ANTIVÍRUS, ANTISPYWARE E ANTITROJAN SÃO EXEMPLOS DE FERRAMENTAS DESTE TIPO).

SEJA CUIDADOSO AO CLICAR EM LINKS PRESENTES EM E-MAILS (SE VOCÊ REALMENTE QUISER ACESSAR A PÁGINA DO LINK, DIGITE O ENDEREÇO DIRETO NO SEU NAVEGADOR). DESLIGUE AS OPÇÕES QUE PERMITEM ABRIR OU EXECUTAR AUTOMATICAMENTE ARQUIVOS OU PROGRAMAS ANEXADOS ÀS MENSAGENS.

NÃO UTILIZE UM SITE DE BUSCA PARA ACESSAR SEU E-MAIL, JÁ QUE ESSES ENDEREÇOS ELETRÔNICOS SÃO, GERALMENTE, BASTANTE CONHECIDOS. EVITE ACESSAR SEU E-MAIL EM COMPUTADORES DE TERCEIROS E, CASO SEJA REALMENTE NECESSÁRIO, ATIVE O MODO DE NAVEGAÇÃO ANÔNIMA.



SEGURANÇA NA INTERNET

4 NÃO REVELE INFORMAÇÕES IMPORTANTES SOBRE VOCÊ

EM REDES SOCIAIS, SITES DE RELACIONAMENTO, SALAS DE BATE-PAPO, OU EM QUALQUER MEIO EM QUE VOCÊ ESTEJA LIDANDO COM UM DESCONHECIDO, EVITE INFORMAR O SEU NOME COMPLETO, DAR DETALHES DO LUGAR ONDE VOCÊ TRABALHA OU ESTUDA, E PRINCIPALMENTE DE ONDE VOCÊ MORA. DA MESMA FORMA, NÃO REVELE SEU NÚMERO DE TELEFONE OU OS LOCAIS QUE FREQUENTA. QUANTO MAIS INFORMAÇÕES VOCÊ DISPONIBILIZA SOBRE A SUA VIDA E ROTINA, MAIS FÁCIL SE TORNA PARA UM GOLPISTA FURTAR A SUA IDENTIDADE, POIS MAIS DADOS ELE TEM DISPONÍVEIS E MAIS CONVINCENTE ELE PODE SER PARA CRIAR UM PERFIL EM SEU NOME EM UMA REDE SOCIAL, ACESSAR SUA CONTA DE E-MAIL OU ENVIAR MENSAGENS SE PASSANDO POR VOCÊ.

ADEMAIS, CRIMINOSOS PODEM USAR TAIS INFORMAÇÕES PARA TE LOCALIZAREM OU MESMO PARA FAZER AMEAÇAS.



SEGURANÇA NA INTERNET

5 CUIDADOS AO EFETUAR TRANSAÇÕES BANCÁRIAS E ACESSAR SITES DE INTERNET BANKING

ACESSE SITES DE INSTITUIÇÕES BANCÁRIAS DIGITANDO O ENDEREÇO DIRETAMENTE NO NAVEGADOR, NUNCA CLICANDO EM UM LINK EXISTENTE EM UMA PÁGINA OU EM UMA MENSAGEM. NÃO UTILIZE UM SITE DE BUSCA PARA ACESSAR O SEU BANCO (NÃO HÁ NECESSIDADE DISTO, JÁ QUE OS ENDEREÇOS ELETRÔNICOS DAS INSTITUIÇÕES BANCÁRIAS SÃO, GERALMENTE, BASTANTE CONHECIDOS). AO ACESSAR SEU BANCO, FORNEÇA APENAS UMA POSIÇÃO DO SEU CARTÃO DE SEGURANÇA (DESCONFIE CASO, EM UM MESMO ACESSO, SEJA SOLICITADA MAIS DE UMA POSIÇÃO).

NÃO FORNEÇA SENHAS OU DADOS PESSOAIS A TERCEIROS, ESPECIALMENTE POR TELEFONE.

DESCONSidere MENSAGENS DE INSTITUIÇÕES BANCÁRIAS COM AS QUAIS VOCÊ NÃO TENHA RELAÇÃO, PRINCIPALMENTE AQUELAS QUE SOLICITEM DADOS PESSOAIS OU A INSTALAÇÃO DE MÓDULOS DE SEGURANÇA. SEMPRE QUE FICAR EM DÚVIDA, ENTRE EM CONTATO COM A CENTRAL DE RELACIONAMENTO DO SEU BANCO OU DIRETAMENTE COM O SEU GERENTE.



SEGURANÇA NA INTERNET

CUIDADOS AO EFETUAR TRANSAÇÕES COMERCIAIS E ACESSAR SITES DE COMÉRCIO ELETRÔNICO

SOMENTE ACESSE SITES DE COMÉRCIO ELETRÔNICO DIGITANDO O ENDEREÇO DIRETAMENTE NO NAVEGADOR, NUNCA CLICANDO EM UM LINK EXISTENTE EM UMA PÁGINA OU EM UMA MENSAGEM. NÃO UTILIZE UM SITE DE BUSCA PARA ACESSAR O SITE DE COMÉRCIO ELETRÔNICO PESQUISE NA INTERNET REFERÊNCIAS SOBRE O SITE ANTES DE EFETUAR UMA COMPRA.

DESCONFIE DE PREÇOS MUITO ABAIXO DOS PRATICADOS NO MERCADO.

VERIFIQUE PERIODICAMENTE O EXTRATO DA SUA CONTA BANCÁRIA E DO SEU CARTÃO DE CRÉDITO E, CASO DETECTE ALGUM LANÇAMENTO SUSPEITO, ENTRE EM CONTATO IMEDIATAMENTE COM O SEU BANCO OU COM A OPERADORA DO SEU CARTÃO DE CRÉDITO.

SEMPRE QUE FICAR EM DÚVIDA, ENTRE EM CONTATO COM A CENTRAL DE RELACIONAMENTO DA EMPRESA NA QUAL ESTÁ FAZENDO A COMPRA.





SEGURANÇA NA INTERNET



7 WHATSAPP, TELEGRAM, FACEBOOK MESSENGER, ENTRE OUTROS

ALGUNS VÍRUS OU PROGRAMAS ESPIÕES PODEM SER DISSEMINADOS EM CONVERSAS DE WHATSAPP, TELEGRAM, FACEBOOK MESSENGER, ENTRE OUTROS.

ESTAS PRAGAS CHEGAM POR MEIO DE MENSAGENS CONTENDO UM LINK DE ACESSO MALICIOSO. ESSAS PRAGAS SÃO CAPAZES DE EMITIR UMA MENSAGEM QUE CONTÉM UM LINK PARA UM VÍRUS OU PARA UM PROGRAMA-ESPIÃO AUTOMATICAMENTE NUMA CONVERSA.

NESTA SITUAÇÃO, É NATURAL QUE A PESSOA QUE RECEBEU A MENSAGEM PENSE QUE SEU CONTATO É QUEM A ENVIOU E CLICA NO LINK IMEDIATAMENTE. MESMO DURANTE UMA CONVERSA, SE RECEBER UM LINK QUE NÃO ESTAVA ESPERANDO, PERGUNTE AO REMETENTE SE, DE FATO, ELE O ENVIOU.



SEGURANÇA NA INTERNET



|| CUIDADO COM E-MAILS FALSOS

RECEBEU UM E-MAIL DIZENDO QUE VOCÊ TEM UMA DÍVIDA COM UMA EMPRESA DE TELEFONIA OU AFIRMANDO QUE UM DE SEUS DOCUMENTOS ESTÁ ILEGAL?

OU, AINDA, A MENSAGEM TE OFERECE PRÊMIOS OU CARTÕES VIRTUAIS?

É PROVÁVEL QUE SE TRATE DE UM E-MAIL FALSO. SE A MENSAGEM POSSUIR TEXTOS COM ERROS ORTOGRÁFICOS E GRAMÁTICAIS, FIZER OFERTAS TENTADORAS OU TIVER UM LINK DIFERENTE DO INDICADO (PARA VERIFICAR O LINK VERDADEIRO, BASTA PASSAR O MOUSE POR CIMA DELE, MAS SEM CLICAR), DESCONFIE IMEDIATAMENTE.

NA DÚVIDA, ENTRE EM CONTATO COM A EMPRESA CUJO NOME FOI ENVOLVIDO NO E-MAIL.



SEGURANÇA NA INTERNET



ATUALIZE SEU ANTIVÍRUS, SEU ANTISPYWARE E SEU SISTEMA OPERACIONAL

MUITA GENTE PENSA QUE BASTA INSTALAR UM ANTIVÍRUS E SEU COMPUTADOR ESTARÁ PROTEGIDO, MAS NÃO É BEM ASSIM. É NECESSÁRIO ATUALIZÁ-LO REGULARMENTE, DO CONTRÁRIO, O ANTIVÍRUS NÃO SABERÁ DA EXISTÊNCIA DE VÍRUS NOVOS.

PRATICAMENTE TODOS OS ANTIVÍRUS DISPONÍVEIS PERMITEM CONFIGURAR UMA ATUALIZAÇÃO AUTOMÁTICA. ALÉM DISSO, USE UM ANTISPYWARE COM FREQUÊNCIA PARA RETIRAR ARQUIVOS E PROGRAMAS MALICIOSOS DE SEU COMPUTADOR. ASSIM COMO NO ANTIVÍRUS, O ANTISPYWARE E O SISTEMA OPERACIONAL TAMBÉM DEVE SER ATUALIZADO PARA QUE ESTE CONHEÇA AS PRAGAS NOVAS.

EM TODOS OS CASOS, VERIFIQUE, NO MANUAL DO SOFTWARE OU NO SITE DO DESENVOLVEDOR, COMO REALIZAR AS ATUALIZAÇÕES.

SEGURANÇA NA INTERNET



10 CUIDADO AO FAZER CADASTROS

MUITOS SITES EXIGEM QUE VOCÊ FAÇA CADASTRO PARA USUFRUIR DE SEUS SERVIÇOS, MAS ISSO PODE SER UMA CILADA. POR EXEMPLO, SE UM SITE PEDE O NÚMERO DO SEU CARTÃO DE CRÉDITO SEM AO MENOS SER UMA PÁGINA DE VENDAS, AS CHANCES DE SER UM GOLPE SÃO GRANDES. ALÉM DISSO, SUAS INFORMAÇÕES PODEM SER ENTREGUES À EMPRESAS QUE VENDEM ASSINATURAS DE REVISTAS OU PRODUTOS POR TELEFONE. AINDA, SEU E-MAIL PODE SER INSERIDO EM LISTAS DE SPAMS. POR ISSO, ANTES DE SE CADASTRAR EM SITES, FAÇA UMA PESQUISA NA INTERNET PARA VERIFICAR SE AQUELE ENDEREÇO TEM REGISTRO DE ALGUMA ATIVIDADE ILEGAL. ESSA DICA TAMBÉM É VÁLIDA PRINCIPALMENTE PARA SITES QUE CADASTRAM CURRÍCULOS.

◀ VOLTAR AO MENU

Incêndios

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

CASO DE INCÊNDIOS

MUITAS PESSOAS NUNCA SE IMAGINARAM TENDO QUE LIDAR COM UM INCÊNDIO EM SEU AMBIENTE DE TRABALHO OU RESIDÊNCIA. QUANDO SE DEPARAM COM ESTA SITUAÇÃO FICAM SEM SABER O QUE FAZER. PREOCUPADA COM A INTEGRIDADE DOS MEMBROS, SERVIDORES E TERCEIRIZADOS DO MPRJ A COORDENADORIA DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA APRESENTA AS PRINCIPAIS ORIENTAÇÕES SOBRE COMO PROCEDER EM CASO DE INCÊNDIOS:

1 **DISQUE 193** ACIONANDO IMEDIATAMENTE O CORPO DE BOMBEIROS MILITAR;

2 SE UM INCÊNDIO OCORRER NO SEU ESCRITÓRIO OU APARTAMENTO, SAIA IMEDIATAMENTE E NÃO VÁ EM BUSCA DE OBJETOS DE VALOR, POIS ESSA AÇÃO PODERÁ RETARDAR SUA SAÍDA. MUITAS PESSOAS MORREM POR NÃO ACREDITAREM QUE UM INCÊNDIO PODE SE ALASTRAR COM RAPIDEZ

3 CASO FIQUE PRESO EM MEIO À FUMAÇA, RESPIRE PELO NARIZ, EM RÁPIDAS INALAÇÕES. SEMPRE QUE POSSÍVEL, PROTEJA SUA BOCA E NARIZ COM UM PANO ÚMIDO IMPROVISANDO UMA MÁSCARA. PROCURE ANDAR AGACHADO (ENGATINHANDO), POIS PERTO DO CHÃO EXISTIRÁ MELHORES CONDIÇÕES PARA SUA RESPIRAÇÃO

CASO DE INCÊNDIOS

4 O ABANDONO DE UM EDIFÍCIO EM CHAMAS DEVE SER FEITO PELAS ESCADAS, COM CALMA, SEM AFOBAMENTOS. USE AS ESCADAS - NUNCA O ELEVADOR. UM INCÊNDIO RAZOÁVEL PODE DETERMINAR O CORTE DE ENERGIA PARA OS ELEVADORES

5 NÃO CORRA SE O FOGO ATINGIR A SUA ROUPA, COLOQUE EM PRÁTICA A REGRA: **PARE, DEITE E ROLE**

6 ANTES DE ABRIR UMA PORTA VERIFIQUE, COM O DORSO DA MÃO, A TEMPERATURA DELA. SE ESTIVER QUENTE, NÃO ABRA E PROCURE OUTRA SAÍDA. SE ESTIVER FRIA, ABRA-A COM MUITO CUIDADO E APÓS PASSAR MANTENHA-A FECHADA PARA IMPEDIR A PROPAGAÇÃO DO INCÊNDIO

7 SE ESTIVER APRISIONADO PELAS CHAMAS OU PELA FUMAÇA NO ALTO DE UM EDIFÍCIO, NUNCA SALTE DE ANDARES ELEVADOS, AGUARDE A CHEGADA DOS BOMBEIROS, MUITAS PESSOAS MORREM COM ESSA ATITUDE

8 UMA VEZ QUE VOCÊ TENHA CONSEGUIDO DESOCUPAR O IMÓVEL, **NÃO RETORNE**

9 **QUANDO ESTIVER EM SEGURANÇA, JÁ FORA DO IMÓVEL, PEÇA AJUDA E LIGUE PARA O CORPO DE BOMBEIROS MILITAR, FORNEÇA AS INFORMAÇÕES SOBRE A QUANTIDADE E POSSÍVEL LOCALIZAÇÃO DAS PESSOAS**



Verificação em 2 etapas

Aplicativos, mensageiros e redes sociais

VERIFICAÇÃO EM 2 ETAPAS

A VERIFICAÇÃO EM DUAS ETAPAS ADICIONA UMA CAMADA EXTRA DE SEGURANÇA À SUA CONTA. COM A FUNÇÃO ATIVADA, NÃO BASTARÁ APENAS DIGITAR A SENHA, SERÁ NECESSÁRIO FORNECER AINDA UMA NOVA RESPOSTA DE IDENTIFICAÇÃO, COMO UM CÓDIGO, QUE SERÁ ENVIADO AO NÚMERO DE TELEFONE INFORMADO.

ACESSE OS LINKS ABAIXO PARA VISUALIZAR
O RESPECTIVO **PASSO A PASSO**:



TELEGRAM



WHATSAPP



INSTAGRAM



FACEBOOK



GMAIL

Incidentes em **Elevadores**

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

◀ VOLTAR AO MENU

MUITA ATENÇÃO

O ELEVADOR É UM LOCAL SEGURO, COM ENTRADAS DE AR E SISTEMA DE SEGURANÇA QUE IMPEDEM A QUEDA DA CABINE. SE ELE PARAR DE FUNCIONAR NADA PODE ACONTECER COM VOCÊ. NO ENTANTO, HÁ RISCOS SECUNDÁRIOS, POR ISSO A COORDENADORIA DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA SUGERE ALGUNS CUIDADOS A SABER:

1 ANTES DE ABRIR A PORTA DO PAVIMENTO E ENTRAR NO ELEVADOR, OBSERVE BEM SE A CABINE DO ELEVADOR SE ENCONTRA NO ANDAR

2 ATENÇÃO PARA O DEGRAU, PRINCIPALMENTE COM IDOSOS E CRIANÇAS

3 ORIENTE AS CRIANÇAS PARA USAR O ELEVADOR COM SEGURANÇA, EVITANDO BRINCADEIRAS, PULOS E MOVIMENTOS BRUSCOS

4 OS USUÁRIOS DEVEM POSICIONAR-SE NO ELEVADOR AFASTADOS DA PORTA DA CABINE

5 A ABERTURA DA PORTA DO PAVIMENTO, COM CHAVE ESPECIAL, SÓ DEVE SER FEITA POR PROFISSIONAIS TREINADOS E HABILITADOS

6 O ACESSO À CASA DE MÁQUINAS, AO POÇO E À CAIXA DE PASSAGEM SÓ DEVE SER PERMITIDO A PESSOAS HABILITADAS





MUITA ATENÇÃO

7 EM CASO DE INCÊNDIO NÃO UTILIZE OS ELEVADORES, POIS A EVACUAÇÃO DEVERÁ SER REALIZADA PELAS ESCADAS DO EDIFÍCIO

8 QUALQUER IRREGULARIDADE NO FUNCIONAMENTO DO ELEVADOR DEVE SER COMUNICADA IMEDIATAMENTE A EMPRESA RESPONSÁVEL PELA MANUTENÇÃO

9 RESPEITE A CAPACIDADE MÁXIMA DE TRANSPORTE DO ELEVADOR, POIS O EXCESSO DE CARGA PODE ACARRETAR DESGASTE PREMATURO DOS EQUIPAMENTOS

◀ VOLTAR AO MENU

Primeiros Socorros



COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

A HEMORRAGIA

A HEMORRAGIA É A PERDA CONSTANTE DE SANGUE DEVIDO AO ROMPIMENTO DE UM OU MAIS VASOS SANGUÍNEOS (VEIAS OU ARTÉRIAS). SEU CONTROLE DEVE SER FEITO IMEDIATAMENTE, POIS UMA HEMORRAGIA ABUNDANTE E NÃO CONTROLADA PODE CAUSAR A MORTE. A COORDENADORIA DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA SUGERE ALGUNS CUIDADOS ÀS VÍTIMAS.

O QUE FAZER?

1 CONTER A HEMORRAGIA
PRESSIONANDO PANO LIMPO
OU GAZE SOBRE O FERIMENTO

2 PRESSIONAR COM OS DEDOS (PONTO
DE PRESSÃO) A ÁREA DA LESÃO OU NA
ARTÉRIA SUPERIOR À LESÃO

3 NÃO TROCAR O CURATIVO. QUANDO
PRECISAR, COLOQUE NOVOS PANOS OU
GAZES POR CIMA DAS JÁ EXISTENTES

4 NUNCA RETIRAR O PANO OU ATADURA,
ATÉ O ATENDIMENTO ESPECIALIZADO



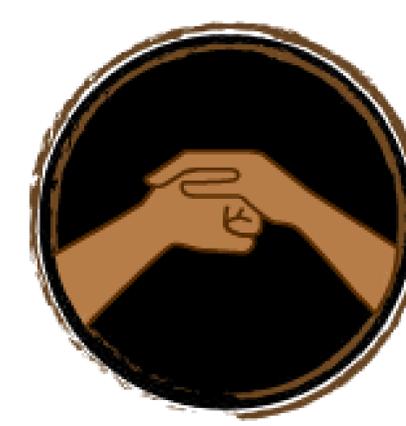
O QUE NÃO FAZER?

1 TENTAR RETIRAR CORPOS ESTRANHOS
DOS FERIMENTOS

2 APLICAR SUBSTÂNCIA COMO PÓ DE CAFÉ OU
QUALQUER OUTRO PRODUTO NO
FERIMENTO

A OBSTRUÇÃO DE VIAS AÉREAS

É O IMPEDIMENTO DA PASSAGEM DE AR PELAS VIAS AÉREAS SUPERIORES (BOCA E GARGANTA), FREQUENTEMENTE CAUSADA POR CORPOS ESTRANHOS (PEDAÇOS DE ALIMENTO, PRÓTESES DENTÁRIAS, OBJETOS ETC.). A COORDENADORIA DE SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA SUGERE ALGUNS CUIDADOS ÀS VÍTIMAS:



O QUE FAZER EM JOVENS E ADULTOS CONSCIENTES?

1 ACALMAR A VÍTIMA E ORIENTÁ-LA A TOSSIR

2 FICAR DE PÉ OU AJOELHADO (EM CASO DE CRIANÇAS) ATRÁS DA VÍTIMA E CIRCUNDAR SEUS BRAÇOS AO REDOR DA CINTURA DA VÍTIMA;

3 POSICIONAR O POLEGAR PARA DENTRO DO ABDOME COM PUNHOS FECHADOS 3, 4 DEDOS ACIMA DA CICATRIZ UMBILICAL

4 FAZER COMPRESSÕES ABDOMINIAIS RÁPIDAS DIRECIONADAS PARA CIMA

5 REPETIR AS COMPRESSÕES ATÉ QUE O OBJETO SEJA EXPELIDO DA VIA AÉREA

O QUE NÃO FAZER?

1 OFERECER LÍQUIDOS OU ALIMENTOS À PESSOA ENGASGADA

2 BATER NAS COSTAS DA VÍTIMA

A OBSTRUÇÃO DE VIAS AÉREAS

CONDUTA PARA BEBÊS CONSCIENTES

1 COLOCAR O BEBÊ DE BRUÇOS APOIADO NO ANTEBRAÇO E COM A CABEÇA VIRADA PARA BAIXO



2 EFETUAR 5 (CINCO) TAPAS NO MEIO DAS COSTAS E ENTRE OS OMBROS, NÃO MUITO FORTES



3 SE O ENGASGO PERSISTIR, O BEBÊ DEVERÁ SER VIRADO DE BARRIGA PARA CIMA, SOB O OUTRO ANTEBRAÇO E DEVERÁ REALIZAR 5 COMPRESSÕES COM OS 2 (DOIS) DEDOS INDICADORES NO MEIO DO PEITO DO BEBÊ, ENTRE OS MAMILOS

4 CASO O BEBÊ CHORE, VOMITE OU TUSSA É SINAL DE QUE CONSEGUIU DESENGASGAR. SE CONTINUAR ENGASGADO, REPETIR O PROCEDIMENTO ATÉ A DESOBSTRUÇÃO

PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA (PCR)

É A PARADA DOS MOVIMENTOS RESPIRATÓRIOS E DO CORAÇÃO, DE FORMA SÚBITA E INESPERADA.

COMO IDENTIFICAR A PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA?

1 NÃO RESPIRA (SEM MOVIMENTO DE ELEVAÇÃO DO TÓRAX E ABDÔMEN). PODE-SE APROXIMAR O OUVIDO DA BOCA E DO NARIZ DA VÍTIMA EM BUSCA DE ALGUM MOVIMENTO RESPIRATÓRIO

2 A VÍTIMA NÃO RESPONDE, ESTÁ INCONSCIENTE

3 NÃO APRESENTA BATIMENTOS CARDÍACOS PERCEPTÍVEIS NO PULSO E NO PESCOÇO

4 APRESENTA PALIDEZ EXCESSIVA, LÁBIOS E UNHAS ARROXEADOS

AO SE CONSTATAR A PARADA CARDIORRESPIRATÓRIA, O QUE FAZER?

1 COLOCAR A VÍTIMA EM SUPERFÍCIE PLANA E RÍGIDA



MANTENHA A **VÍTIMA DEITADA** NO CHÃO

2 COLOCAR UMA MÃO SOBRE A OUTRA E ENTRELAÇAR OS DEDOS SOBRE O OSSO NO CENTRO DO PEITO (ESTERNO) E O MEIO DA LINHA QUE INTERLIGA OS MAMILOS



AJOELHE-SE AO LADO DELA

3 DURANTE AS COMPRESSÕES OS BRAÇOS DEVEM PERMANECER-SE ESTENDIDOS E USA-SE O PESO CORPORAL, NUM RITMO DE 100 - 120 COMPRESSÕES POR MINUTO. NAS COMPRESSÕES INDICADAS, O PEITO DEVE AFUNDAR 5 CM E RETORNAR À POSIÇÃO ORIGINAL



MANTENHA OS BRAÇOS ESTICADOS DURANTE AS COMPRESSÕES

4 A MANOBRA DEVERÁ SER FEITA ATÉ O SOCORRO CHEGAR



INICIE A COMPRESSÃO DO PEITO DA VÍTIMA **COMPRIMIR ATÉ UMA PROFUNDIDADE DE, PELO MENOS, 5 CM**, E PERMITIR O RETORNO DO TÓRAX A CADA COMPRESSÃO



FAÇA, NO MÍNIMO, **100 - 120 COMPRESSÕES POR MINUTO**. MINIMIZAR AS INTERRUPÇÕES NAS COMPRESSÕES

◀ VOLTAR AO MENU

Praias

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA



RIO 40°

Com a chegada do calor, aumenta a procura às praias e com isso o número de acidentes.

CONFIRA ALGUMAS DICAS QUE SALVAM VIDAS

1 PROCURAR SEMPRE ENTRAR NA PRAIA **PRÓXIMO** A UM LOCAL ONDE EXISTA UM **POSTO DE GUARDA-VIDAS**, INFORME-SE SOBRE O LOCAL MAIS APROPRIADO PARA O BANHO



CONDIÇÕES **ADEQUADAS** PARA BANHO, COM A PRESENÇA DE GUARDA-VIDAS



FAIXA PROTEGIDA POR GUARDA-VIDAS, **COM RISCO** DE AFOGAMENTO

2 RESPEITE AS PLACAS OU BANDEIRAS DE **SINALIZAÇÃO** DO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR



FAIXA PROTEGIDA POR GUARDA-VIDAS, COM **ALTO RISCO** DE AFOGAMENTO



ÁREA NÃO PROTEGIDA POR GUARDA-VIDAS





3 **EVITE** ENTRADA BRUSCA NA ÁGUA APÓS **LONGA EXPOSIÇÃO AO SOL**, HÁ O RISCO DE CHOQUE TÉRMICO



5 CERTIFIQUE-SE DA **PROFUNDIDADE DO LOCAL** ONDE PRETENDE MERGULHAR, EVITE ACIDENTES

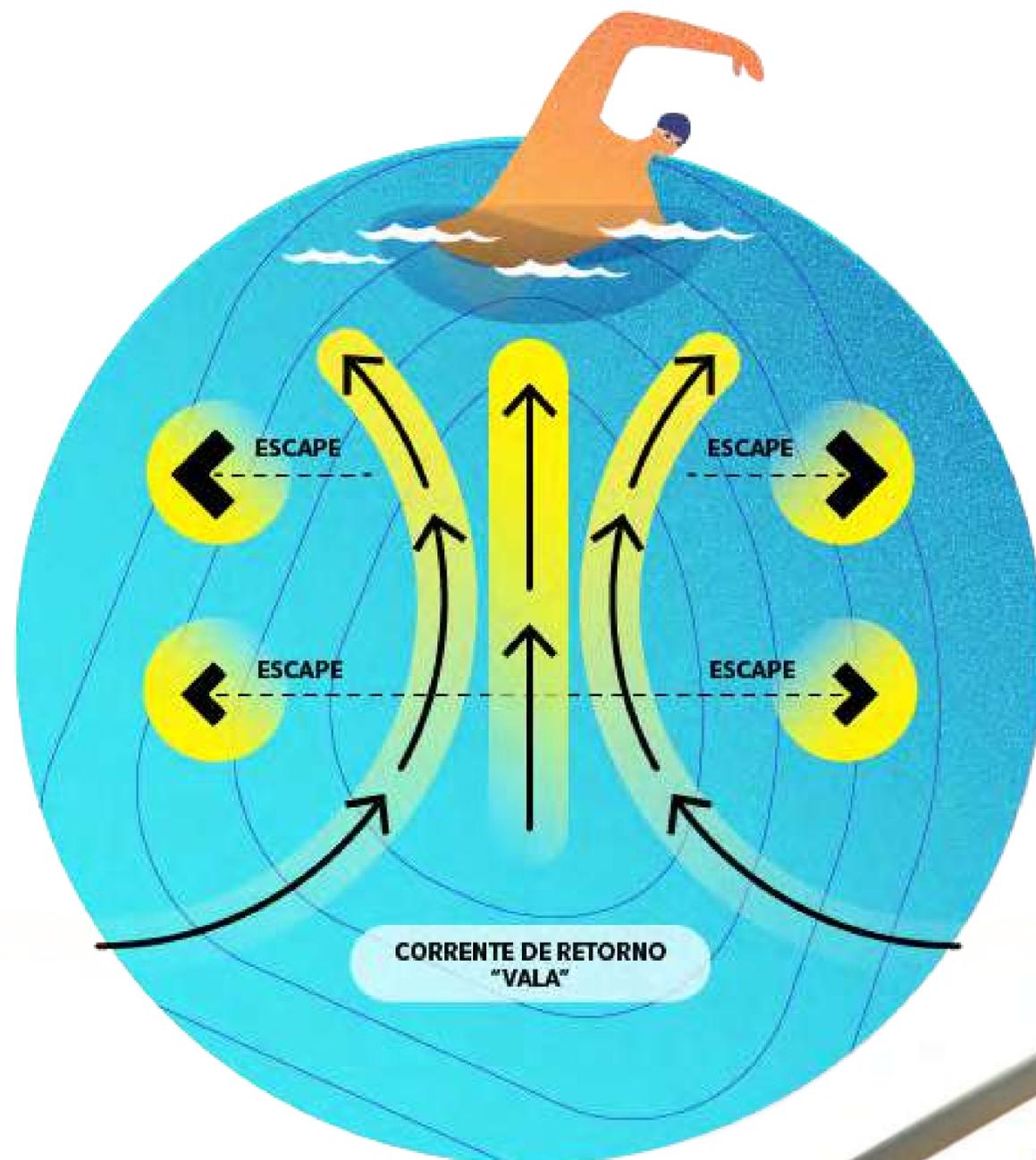
4 **NUNCA DEIXE CRIANÇAS SOZINHAS** SEM A PRESENÇA DE UM ADULTO RESPONSÁVEL, SE POSSÍVEL IDENTIFIQUE-A COM UMA PULSEIRA CONTENDO DADOS DOS RESPONSÁVEIS, EM CASO DE PERDA PROCURE UM POSTO GUARDA-VIDAS

6 **NÃO INGIRA BEBIDA ALCOÓLICA ANTES DE ENTRAR NA ÁGUA**, POIS O ÁLCOOL INIBE OS REFLEXOS AUMENTANDO ASSIM O RISCO DE AFOGAMENTO



CASO CAIA EM UMA **CORRENTE DE RETORNO, CONHECIDA COMO "VALA", NADE PARALELAMENTE A PRAIA**, CASO NÃO OBTENHA ÊXITO, NÃO ENTRE EM PÂNICO, FLUTUE E TENDE SINALIZAR PARA ALGUM GUARDA-VIDAS

AO PRESENCIAR UM AFOGAMENTO, NÃO ENTRE NO MAR PARA TENTAR AJUDAR, LIGUE PARA O **NÚMERO 193** OU PROCURE UM POSTO DE GUARDA-VIDAS



MANTENHA-SE AFASTADO DE PEDRAS, COSTÕES, PÍERES OU ESTACAS, EVITANDO O RISCO DE ESCORREGAR OU SER DERRUBADO PELAS ONDAS

112

◀ VOLTAR AO MENU



Cuidados na prática de Exercícios Físicos

MPRJ
CSI COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

VIDA SAUDÁVEL & SEGURA

As atividades físicas propiciam descontração e por via de consequência a falta de atenção, necessitando medidas de precaução como:

- 1 DURANTE AS ATIVIDADES FÍSICAS EVITE DAR ATENÇÃO A ESTRANHOS OU SE APROXIMAR DE VEÍCULOS DESCONHECIDOS PARA CUMPRIMENTAR OU DAR INFORMAÇÕES, MANTENDO SEUS EXERCÍCIOS.
- 2 EVITE PRATICAR ATIVIDADES EM ÁREAS MAL ILUMINADAS, DESERTAS, COM VEGETAÇÕES DENSAS E NOS HORÁRIOS DE MENOR MOVIMENTAÇÃO
- 3 PORTE SEMPRE UMA IDENTIFICAÇÃO, EVITANDO UTILIZAR OBJETOS DE VALOR E REALIZE AS ATIVIDADES ACOMPANHADO
- 4 PROCURE SEMPRE PRATICAR ATIVIDADES EM LOCAIS COM PLENO CONHECIMENTO, EM ESPECIAL DE PONTOS DE POLICIAMENTO, DELEGACIAS POLICIAIS, CORPO DE BOMBEIROS E HOSPITAIS
- 5 NÃO UTILIZE OS MESMOS PERCURSOS E HORÁRIOS, MANTENHA UM PARENTE CIENTE DA SUA LOCALIZAÇÃO OU COMPARTILHE COM ESTE
- 6 SE O MESMO VEÍCULO PASSAR MAIS DE UMA VEZ PROCURE SE AFASTAR, BUSCANDO LOCAL MOVIMENTADO E GUARDANDO AS SUAS CARACTERÍSTICAS





Cuidados com a Residência nas férias



CUIDADOS COM A RESIDÊNCIA, EM ESPECIAL NAS FÉRIAS



◀ VOLTAR AO MENU

- 1 INVISTA EM EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA COMO CFTV COM GRAVAÇÃO, ALARMES MONITORADOS, CERCAS E SENSORES PERIMETRAIS, AUTOMAÇÃO DE ILUMINAÇÃO (EVITANDO LUZES ACESSAS DURANTE O DIA), PORTÃO COM MOTOR, INSTALADOS POR EMPRESAS ESPECIALIZADAS
- 2 CUIDADO NA SAÍDA E CHEGADA DAS FÉRIAS, SE FOR PARA AEROPORTOS UTILIZE APENAS O SEU VEÍCULO OU SERVIÇOS DE CONFIANÇA, EVITANDO O ACONDICIONAMENTO DAS MALAS NO VEÍCULO NA PRESENÇA DESNECESSÁRIA DE ESTRANHOS OU DEIXÁ-LAS A VISTA DURANTE O DESLOCAMENTO
- 3 É BOM DEIXAR UM TELEFONE PARA CONTATO COM UM VIZINHO DE CONFIANÇA
- 4 PEÇA A ALGUÉM DE CONFIANÇA PARA OLHAR A CASA NO PERÍODO DE AUSÊNCIA
- 5 DEIXE O TELEFONE FIXO SEM TOQUE E DESLIGUE A CAMPAINHA
- 6 VERIFIQUE COM CERTA ANTECEDÊNCIA TODAS AS PORTAS, JANELAS E TRANCAS, PARA HAVER TEMPO HÁBIL DE REPARO, EM CASO DE NECESSIDADE
- 7 JOIAS, DOCUMENTOS, OBJETOS DE VALOR, HDS E LAPTOPS, DEVEM SER ARMAZENADOS EM COFRES SEGUROS
- 8 EVITE DEIXAR NA PARTE EXTERNA DA CASA, OBJETOS QUE POSSAM SER UTILIZADOS PARA ARROMBAMENTO
- 9 NÃO COMENTE PRÓXIMO A ESTRANHOS QUE IRÁ VIAJAR
- 10 CONTRATE UM SEGURO
- 11 EVITAR DIVULGAR NAS REDES SOCIAIS INFORMAÇÕES SOBRE VIAGENS ANTES DO RETORNO

◀ VOLTAR AO MENU

Dicas para evitar acidentes domésticos

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA



DICAS PARA EVITAR ACIDENTES DOMÉSTICOS

Acidentes geralmente são inesperados e desagradáveis, mas podem ser evitados e pensando na integridade dos membros, servidores e terceirizados do MPRJ, a Coordenadoria de Segurança e Inteligência apresenta algumas orientações sobre o assunto. Confira algumas dicas para evitar acidentes:

◀ VOLTAR AO MENU

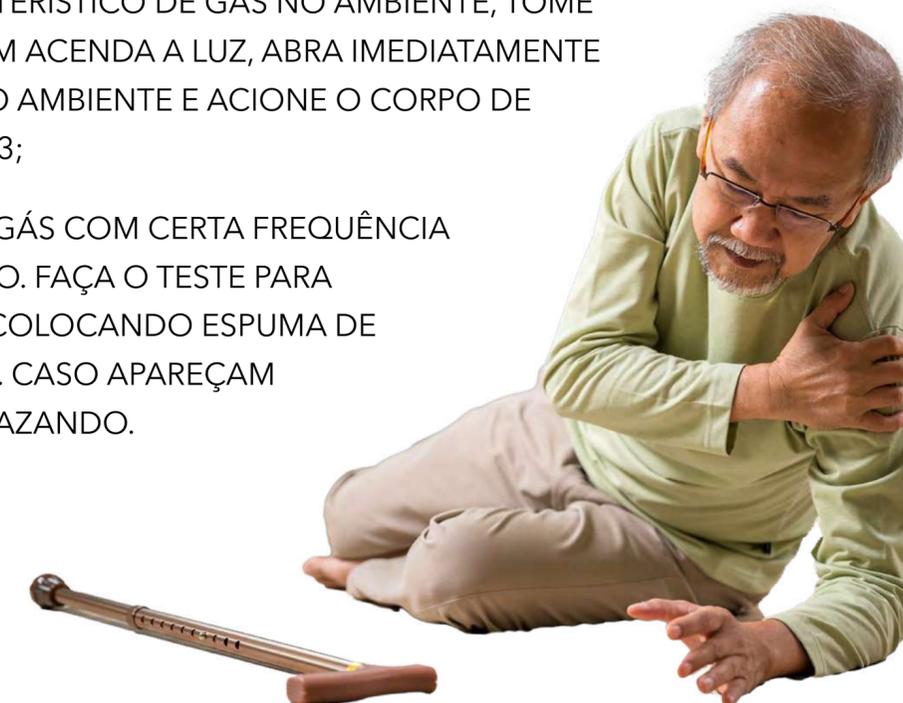
AÇÕES PREVENTIVAS DESTINADAS ÀS CRIANÇAS.

- **EM PISCINAS:** AS CRIANÇAS DEVEM SER ACOMPANHADAS SEMPRE POR UM ADULTO QUANDO EM PISCINAS, LAGOS OU LAGOAS. NO PERÍODO EM QUE A PISCINA NÃO ESTIVER EM USO, COLOQUE A REDE DE PROTEÇÃO, ELA PODE SALVAR A VIDA DO SEU FILHO(A);
- **NO QUARTO:** EVITE POSICIONAR CAMAS E QUALQUER OUTROS MÓVEIS PERTO DA JANELA. ELES PODEM SER USADOS PARA ESCALAR; IMPORTANTE: INSTALE REDES OU GRADES DE PROTEÇÃO NAS JANELAS;
- **NA ÁREA DE SERVIÇO:** APÓS UTILIZAR BALDES OU BACIAS, ESVAZIE-OS, GUARDE-OS VIRADOS PARA BAIXO E LONGE DO ALCANCE DAS CRIANÇAS, OS PRODUTOS DE LIMPEZA DEVEM SER GUARDADOS EM LUGARES ALTOS OU TRANCADOS;
- **NO BANHEIRO:** NUNCA DEIXE A CRIANÇA TOMANDO BANHO, PRINCIPALMENTE NA BANHEIRA, SEM SUPERVISÃO DE UM ADULTO;



AÇÕES PREVENTIVAS DESTINADAS AOS IDOSOS

- **BANHEIROS:** REDOBRE O CUIDADO EM CASO DE PISO MOLHADO, ÚMIDO OU ENCERADO, BARRAS DE SUSTENTAÇÃO PODEM SER INSTALADAS A FIM DE DAR MAIOR FIRMEZA AO IDOSO;
- **NAS SALAS, QUARTOS E CIRCULAÇÕES:** EVITAR ANDAR SOMENTE DE MEIAS OU CALÇADO MAL AJUSTADO. ATENTAR PARA OS TAPETES QUE PODEM SER UM MEIO DE ESCORREGAR OU TROPEÇAR. SE A CASA POSSUI ESCADAS OU RAMPAS, O CORRIMÃO É UM ITEM INDISPENSÁVEL. NAS ESCADAS É ESSENCIAL QUE HAJA ADESIVOS OU PISO ANTIDERRAPANTE. ALÉM DISSO, TAMBÉM É INTERESSANTE INSTALAR BARRAS E APOIOS EM OUTROS LOCAIS DA RESIDÊNCIA QUE OS IDOSOS COSTUMEM CIRCULAR;
- **COZINHA:** CASO SINTA CHEIRO CARACTERÍSTICO DE GÁS NO AMBIENTE, TOME CUIDADO, NÃO RISQUE FÓSFOROS, NEM ACENDA A LUZ, ABRA IMEDIATAMENTE AS PORTAS E JANELAS PARA VENTILAR O AMBIENTE E ACIONE O CORPO DE BOMBEIROS MILITAR ATRAVÉS DO Nº 193;
- REALIZE VISTORIAS NA TUBULAÇÃO DE GÁS COM CERTA FREQUÊNCIA PARA PROCURAR PONTOS DE OXIDAÇÃO. FAÇA O TESTE PARA IDENTIFICAR POSSÍVEIS VAZAMENTOS, COLOCANDO ESPUMA DE DETERGENTE NA VÁLVULA DO BOTIJÃO. CASO APAREÇAM BOLHAS, É SINAL DE QUE O GÁS ESTÁ VAZANDO.



◀ VOLTAR AO MENU



Caminhada Segura

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

CAMINHADA SEGURA

Ao se deslocar, a pé, pelas ruas tenha os seguintes cuidados para sua segurança:

◀ VOLTAR AO MENU

- 1 NÃO MANUSEIE CARTEIRA, CELULAR, PRINCIPALMENTE DESBLOQUEADO E OBJETOS DE VALOR, EM LOCAIS MOVIMENTADOS E NA RUA;
- 2 EVITE SE DESLOCAR COM GRANDE QUANTIA EM MOEDA;
- 3 SEMPRE QUE POSSÍVEL DEIXE PARENTE OU AMIGO CIENTE DE SEUS DESLOCAMENTOS.
- 4 PORTE SEMPRE DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO E MANTENHA UM CONTATO DE EMERGÊNCIA NO CELULAR.
- 5 NOTANDO A APROXIMAÇÃO DE ESTRANHOS EM CONDUTA SUSPEITA ENTRE NO LOCAL MAIS PRÓXIMO MOVIMENTADO E PEÇA AUXÍLIO;
- 6 NÃO CORTE CAMINHO POR LOCAIS DESCONHECIDOS, DESERTOS, MAL ILUMINADOS, COM VEGETAÇÃO Densa, À NOITE E SOZINHO, PROCURE SEMPRE QUE POSSÍVEL A COMPANHIA DE AMIGOS E PARENTES.
- 7 CAMINHAR PREFERENCIALMENTE NA PARTE CENTRAL DAS CALÇADAS, FORA DAS CICLOVIAS, CONTRA O FLUXO DE VEÍCULOS, POIS NOTAR A APROXIMAÇÃO DE SUSPEITOS SE TORNA MAIS FÁCIL.
- 8 SEMPRE QUE POSSÍVEL ALTERE SEUS HORÁRIOS E FAÇA ROTAS ALTERNATIVAS, CONHECIDAS, NOS SEUS DESLOCAMENTOS HABITUAIS;
- 9 PORTE BOLSAS MENORES, DISCRETAS NA COR, FORMATO E DIVERSO DA FORMA DE ELETRÔNICOS DE VALOR COMO NOTEBOOKS, E RESISTENTES;
- 10 ESTANDO SOZINHO E ALGUM ESTRANHO QUISER LHE TOCAR DE FORMA SUSPEITA OU AGRESSIVA, UTILIZE DE MEIOS PARA BUSCAR ATENÇÃO DE OUTROS QUE ESTEJAM PRÓXIMOS, COM GESTOS E GRITOS;
- 11 SE FOR VÍTIMA DE ROUBO EVITE MOVIMENTOS BRUSCOS, TENDE MANTER A CALMA, NÃO GRITE, POIS PODERÁ PROVOCAR REAÇÕES AGRESSIVAS DO AUTOR;
- 12 IMPRESCINDÍVEL SABER A LOCALIZAÇÃO DOS ÓRGÃOS DE SEGURANÇA, HOSPITAIS E SEUS CONTATOS, NAS IMEDIAÇÕES DO SEU TRABALHO, ACADEMIA, RESIDÊNCIA E DEMAIS LOCAIS QUE FREQUENTE HABITUALMENTE.





Ocorrências com o celular

OCORRÊNCIAS COM O CELULAR

Em caso de roubo/ extravio do seu aparelho telefônico.

1 LIGAR PARA O SEU BANCO(S) E BLOQUEAR AS TRANSAÇÕES VIA APLICATIVOS QUE POSSUA INSTALADO NO APARELHO.

2 ALTERAR AS SUAS SENHAS DE E-MAIL E REDES SOCIAIS.

3 LIGAR PARA OPERADORA DE TELEFONIA E BLOQUEAR O CHIP DO APARELHO.

4 ACESSAR O ICLOUD (ICLOUD.COM) EM CASO DE IPHONES OU GOOGLE EM CASO DE ANDROID ([HTTPS://MYACCOUNT.GOOGLE.COM/FIND-YOUR-PHONE](https://myaccount.google.com/find-your-phone)) E APAGAR O CELULAR REMOTAMENTE.

5 REGISTRAR A OCORRÊNCIA POLICIAL INFORMANDO O IMEI DO APARELHO.

IMPORTANTE:

FAÇA LOGIN COM PERIODICIDADE EM SUAS CONTAS ICLOUD OU GOOGLE ATRAVÉS DE UM COMPUTADOR DE CONFIANÇA, PREFERENCIALMENTE RESIDENCIAL, PARA CONSEGUIR EFETUAR O PASSO 04.

NÃO CLICAR EM LINKS OU FORNECER A SENHA CASO RECEBA MENSAGENS DIZENDO QUE O CELULAR FOI ENCONTRADO.

JAMAIS ARMAZENE SENHAS OU DADOS PESSOAIS NOS APLICATIVOS DO TIPO "NOTAS".

UTILIZAR APLICATIVOS DE DUPLA AUTENTICAÇÃO SEMPRE QUE POSSÍVEL, INCLUINDO REDES SOCIAIS E E-MAILS.

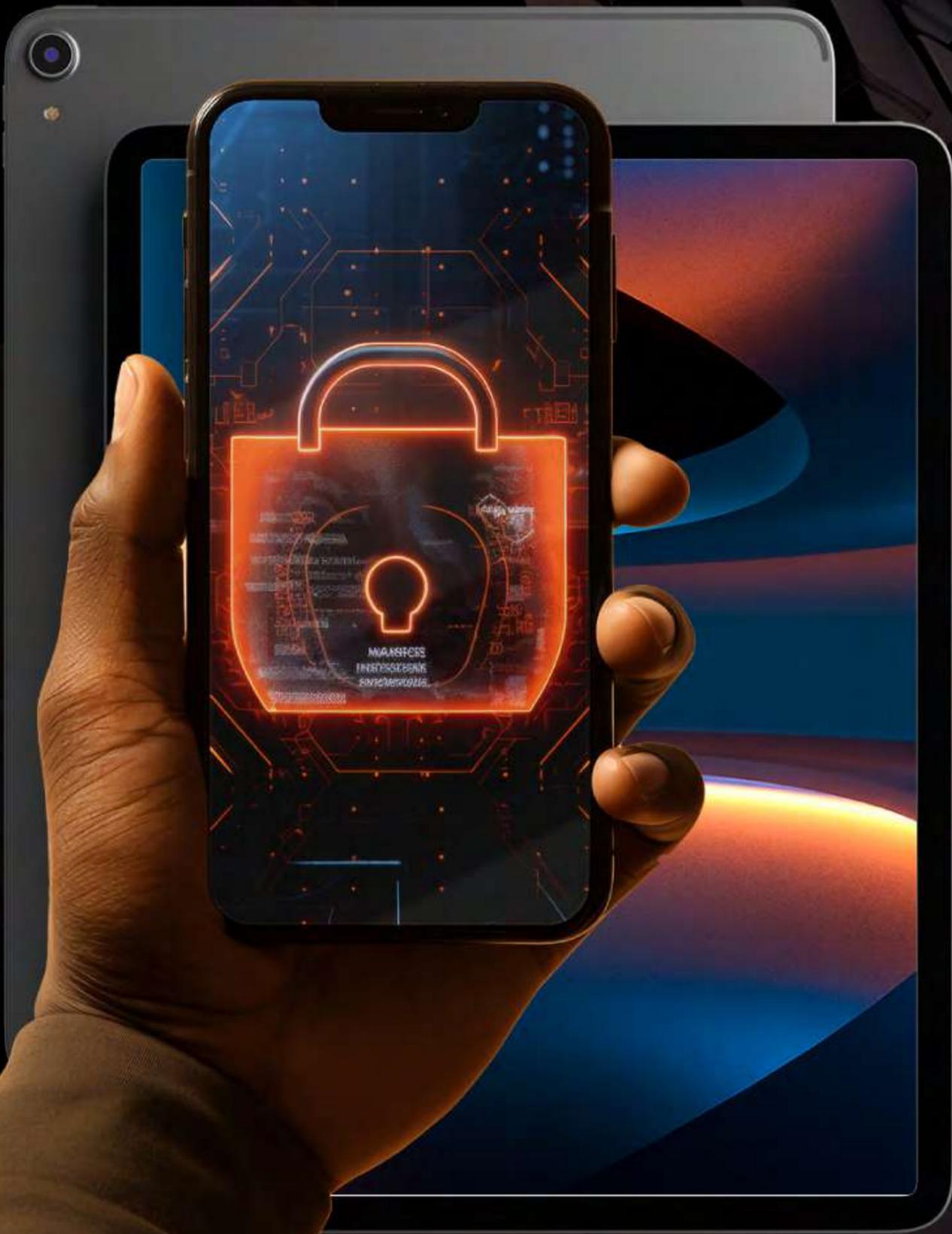


◀ VOLTAR AO MENU



celulares e tablets

cuidados e prevenção



MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

MEDIDAS DE PREVENÇÃO

CSI | MPRJ

◀ VOLTAR AO MENU

“DISPOSITIVOS MÓVEIS, COMO CELULARES E TABLETS REQUEREM CUIDADOS ESPECIAIS COM A SEGURANÇA, POIS ESTÃO CONSTANTEMENTE AO SEU LADO. SAIBA COMO GARANTIR A PROTEÇÃO ADEQUADA PARA O SEU DISPOSITIVO E REDUZIR DANOS EM CASO DE ROUBO OU FURTO”



MEDIDAS DE PREVENÇÃO

1

PROTEJA SEU SIM CARD COM SENHA

PROTEGER O SIM CARD (CHIP) COM SENHA PODE EVITAR QUE ELE SEJA INSERIDO EM OUTRO APARELHO PARA QUE OUTRA PESSOA RECEBA MENSAGENS SMS COM CÓDIGOS DE VERIFICAÇÃO USADOS PARA ACESSAR CONTAS E/OU REDEFINIR SENHAS.

- ATIVE O BLOQUEIO DO CHIP SIM
- ALTERE O CÓDIGO PIN PADRÃO
 - » VERIFIQUE O PIN PADRÃO DE SUA OPERADORA

2

BLOQUEIO DE TELA

SE ALGUÉM MAL-INTENCIONADO TIVER ACESSO AO CELULAR DESBLOQUEADO OU SE A SENHA DE DESBLOQUEIO FOR DE FÁCIL ADIVINHAÇÃO, SERÁ POSSÍVEL ACESSAR OS APLICATIVOS INSTALADOS, BUSCAR POR SENHAS, ALTERAR CONFIGURAÇÕES E LER MENSAGENS.

- MANTENHA A TELA DO CELULAR BLOQUEADA QUANDO NÃO ESTIVER EM USO;
- DEFINA UMA SENHA FORTE, SE POSSÍVEL, ALFANUMÉRICA;
- AO UTILIZAR PADRÃO (DESENHO) DE DESBLOQUEIO:
 - » EVITE DESENHOS SIMPLES COMO LETRAS E FORMAS GEOMÉTRICAS COMUNS;
 - » UTILIZE O MÁXIMO DE PONTOS POSSÍVEL;
- CONFIGURE O BLOQUEIO AUTOMÁTICO DE TELA COM O MENOR TEMPO POSSÍVEL;

3

DESABILITE FUNÇÕES EM TELA BLOQUEADA

OS SISTEMAS OFERECEM FACILIDADES DE ACESSO MESMO COM A TELA BLOQUEADA, COMO LEITURA DE MENSAGENS E ATALHOS PARA ALTERAR CONFIGURAÇÕES. LADRÕES PODEM FAZER USO DESSAS FACILIDADES PARA ACESSAR DADOS E MODIFICAR CONFIGURAÇÕES QUE PODEM DIFICULTAR A LOCALIZAÇÃO REMOTA DO APARELHO.

- DESABILITE FUNÇÕES EM TELA BLOQUEADA, COMO:
 - » VISUALIZAÇÃO DE MENSAGENS
 - » ACESSO A CONFIGURAÇÕES

4

FIXE O APLICATIVO NA TELA SE PRECISAR DEIXA-LO ABERTO

AO TER UM CELULAR DESBLOQUEADO FURTADO, AUMENTAM OS RISCOS DA UTILIZAÇÃO DE INFORMAÇÕES PESSOAIS NA APLICAÇÃO DE GOLPES. FIXAR UM APLICATIVO NA TELA PERMITE MANTÊ-LO ABERTO IMPEDINDO O ACESSO A OUTRAS FUNÇÕES DO CELULAR. UTILIZE ESTE RECURSO QUANDO FOR UTILIZAR O GPS, OU SOLICITAR TRANSPORTE POR APLICATIVO, POR EXEMPLO.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO



CUIDADOS COM A SENHA

UTILIZE SENHAS FORTES

- EVITE UTILIZAR SENHAS BASEADAS EM DATAS OU DADOS PESSOAIS, COMO: DATA DE NASCIMENTO DO FILHO, ENDEREÇO, TELEFONE ETC. GOLPISTAS FAZEM USO DE BASES DE DADOS VAZADAS CONTENDO INFORMAÇÕES QUE PODEM AUXILIAR NA ADIVINHAÇÃO DE SENHAS FRACAS QUE CONTENHAM ESSES DADOS.
- NÃO REUTILIZE UMA SENHA PARA MAIS DE UM APLICATIVO, ISTO FACILITARÁ A AÇÃO DE GOLPISTAS;
- CONSIDERE A PRÁTICA DA TROCA PERIÓDICA DE SENHA;



ARMAZENE SUAS SENHAS DE FORMA SEGURA

- EVITE GUARDAR SENHAS EM E-MAIL, BLOCO DE NOTAS, MENSAGENS, CONTATOS, FOTOS...
- CONSIDERE UTILIZAR UM APLICATIVO PARA GERENCIAR SUAS SENHAS;
 - » CONFIGURE UMA SENHA FORTE PARA ACESSAR O GERENCIADOR DE SENHAS



MANTENHA SEU DISPOSITIVO PREPARADO PARA AÇÕES REMOTAS EM CASO DE SINISTRO

APAGAR OS DADOS DO DISPOSITIVO REMOTAMENTE REQUER ATIVAÇÃO PRÉVIA DE SUA LOCALIZAÇÃO.
ATIVE O RECURSO DE LOCALIZAÇÃO REMOTA DO APARELHO:



CONSIDERE CADASTRAR-SE NO SERVIÇO CELULAR SEGURO

O APLICATIVO PERMITE AOS CIDADÃOS COMUNICAR DE FORMA EFICIENTE E ÁGIL AS OCORRÊNCIAS DE ROUBOS E FURTOS DE CELULARES, CONTRIBUINDO PARA A REDUÇÃO DESSES CRIMES NO BRASIL E APRIMORANDO A SEGURANÇA DA POPULAÇÃO.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO

9

ATIVE A FUNÇÃO "PROTEÇÃO DE DISPOSITIVO ROUBADO" SE TIVER UM IPHONE

A PROTEÇÃO DE DISPOSITIVO ROUBADO ADICIONA UMA CAMADA DE SEGURANÇA QUANDO O IPHONE ESTÁ LONGE DE LOCAIS CONHECIDOS, COMO CASA OU TRABALHO, E AJUDA A PROTEGER SUAS CONTAS E INFORMAÇÕES PESSOAIS EM CASO DE ROUBO.

- VOCÊ PODE ATIVAR A PROTEÇÃO DE DISPOSITIVO ROUBADO EM AJUSTES:
 - » ACESSE AJUSTES E TOQUE EM "FACE ID E CÓDIGO".
 - » INSIRA O CÓDIGO DE ACESSO DO DISPOSITIVO.
 - » TOQUE EM "PROTEÇÃO DE DISPOSITIVO ROUBADO" E, EM SEGUIDA, ATIVE OU DESATIVE A PROTEÇÃO DE DISPOSITIVO ROUBADO.



10

PLANEJE-SE PARA A RECUPERAÇÃO DE SUAS CONTAS E DADOS

PARA RECUPERAR SUAS CONTAS E DADOS EM OUTRO APARELHO ALGUMAS AÇÕES PRECISAM SER TOMADAS PREVIAMENTE.

- DEFINA UM NÚMERO DE CELULAR ALTERNATIVO PARA RECUPERAÇÃO DE CONTAS, COMO A DO APPLE ID;
- DEFINA UM E-MAIL ALTERNATIVO PARA RECUPERAÇÃO DE CONTAS, QUE NÃO ESTEJA CONFIGURADO EM NENHUM SMARTPHONE;
- GERE E TENHA EM FÁCIL ACESSO CÓDIGOS DE BACKUP PARA CONTAS QUE USEM VERIFICAÇÃO EM DUAS ETAPAS;
- FAÇA BACKUPS PERIÓDICOS;

"OS CÓDIGOS DE BACKUP SÃO UMA SEQUÊNCIA DE CÓDIGOS DE ACESSO QUE VOCÊ PODE USAR PARA ACESSAR SUA CONTA CASO PERCA O SEU DISPOSITIVO DE AUTENTICAÇÃO EM DUAS ETAPAS. ESSES CÓDIGOS DEVEM SER GERADOS PREVIAMENTE, ANOTADOS E MANTIDOS EM UM LOCAL SEGURO, POIS PODEM SER USADOS PARA DESATIVAR O RECURSO DE AUTENTICAÇÃO EM DUAS ETAPAS NA SUA CONTA."

11

PROTEJA SEUS DADOS PESSOAIS

DADOS PESSOAIS ARMAZENADOS SEM A PROTEÇÃO ADEQUADA PODEM SER ACESSADOS POR GOLPISTAS E UTILIZADO PARA FRAUDES.

- NÃO ARMAZENE FOTOS DE DOCUMENTOS, CARTÕES E SENHAS;
- NÃO GUARDE NÚMEROS DE DOCUMENTOS, NÚMEROS DE CARTÕES, DÍGITOS DE VERIFICAÇÕES OU SENHAS EM APLICATIVOS DE ANOTAÇÕES;



MEDIDAS DE REDUÇÃO DE DANOS

**"CASO OCORRA O ROUBO OU FURTO DO DISPOSITIVO,
ALGUMAS MEDIDAS IMEDIATAS SÃO NECESSÁRIAS
PARA A REDUÇÃO DOS DANOS CAUSADOS PELO
ACESSO A DADOS PESSOAIS"**



MEDIDAS DE REDUÇÃO DE DANOS

12

NOTIFIQUE AS INSTITUIÇÕES FINANCEIRAS

OS APLICATIVOS DE INSTITUIÇÕES FINANCEIRAS E DE COMÉRCIO ELETRÔNICO PODEM SER EXPLORADOS NO COMETIMENTO DE FRAUDES, COMO TRANSFERÊNCIAS BANCÁRIAS, EMPRÉSTIMOS, PAGAMENTOS DE BOLETOS E COMPRAS ONLINE.

- NOTIFIQUE AS INSTITUIÇÕES FINANCEIRAS QUE VOCÊ ACESSA VIA APLICATIVOS E SOLICITE:
 - » O BLOQUEIO DO ACESSO ÀS CONTAS PELO APLICATIVO;
 - » O BLOQUEIO DOS CARTÕES USADOS NO CELULAR FURTADO;

CASO TENHA CADASTRO NO SERVIÇO, FAÇA A NOTIFICAÇÃO DE FURTO OU PEÇA PARA A PESSOA DE CONFIANÇA CADASTRADA NO APLICATIVO REALIZAR A NOTIFICAÇÃO POR VOCÊ:

13

APAGUE REMOTAMENTE O APARELHO

PARA EVITAR O USO INDEVIDO DO SEU DISPOSITIVO E DE SEUS DADOS, APAGUE REMOTAMENTE TODO O CONTEÚDO.

- ACESSE O SEU SERVIÇO DE LOCALIZAÇÃO REMOTA:



MEDIDAS DE REDUÇÃO DE DANOS

14

DESCONECTE OS APLICATIVOS E TROQUE AS SENHAS DE SUAS CONTAS

VÁRIOS APLICATIVOS PERMANECEM AUTENTICADOS NO DISPOSITIVO SEM QUE HAJA A NECESSIDADE DE SENHA PARA ACESSO. DESCONECTAR ESTES APLICATIVOS, COMO E-MAIL E REDES SOCIAIS FARÁ COM QUE O GOLPISTA PERCA O ACESSO.

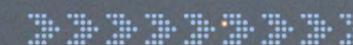
- DESCONECTE AS CONTAS DE APLICATIVOS INSTALADOS NO CELULAR (LOGOUT)
- TROQUE AS SENHAS DAS CONTAS USADAS NO CELULAR, EM ESPECIAL:
 - » E-MAIL
 - » LOGIN SOCIAL (CONTA DE REDE SOCIAL USADA PARA AUTENTICAR EM OUTROS APLICATIVOS)
 - » INSTITUIÇÕES FINANCEIRAS
 - » ID DE SISTEMA, COMO **APPLE ID** E **GOOGLE ID**

15

MONITORE SUA VIDA FINANCEIRA

MESMO DEPOIS ALGUM TEMPO, AINDA É POSSÍVEL QUE GOLPISTAS APROVEITEM DADOS RECUPERADOS PARA A PRÁTICA DE FRAUDES FINANCEIRAS.

- **“REGISTRATO” É UM SISTEMA EM QUE VOCÊ CONSULTA, DE GRAÇA, EMPRÉSTIMOS EM SEU NOME, BANCOS ONDE TEM CONTA, CHAVES PIX CADASTRADAS, CHEQUES SEM FUNDOS E DADOS DE COMPRA OU VENDA DE MOEDA ESTRANGEIRA.**
 - » REVISE OS EXTRATOS DE SEUS CARTÕES E CONTAS EM INSTITUIÇÕES FINANCEIRAS E DE TELEFONIA;
 - » CONTESTE TRANSAÇÕES SUSPEITAS, COMO TRANSFERÊNCIAS, EMPRÉSTIMOS, PAGAMENTOS E COMPRAS;



CUIDADO COM GOLPES POR MENSAGEM

APÓS TER SEU DISPOSITIVO ROUBADO OU FURTADO EVITE CLICAR EM LINKS ENVIADOS POR E-MAIL OU SMS.

ASSIM QUE A VÍTIMA HABILITA A LINHA EM OUTRO APARELHO, GOLPISTAS ENVIAM MENSAGENS CONTENDO LINK FALSO (PHISHING) SE FAZENDO PASSAR PELO SERVIÇO DE LOCALIZAÇÃO DE DISPOSITIVO. ESTE LINK LEVA A UM SITE SIMILAR AO OFICIAL, MAS QUE PODE SER IDENTIFICADO PELA URL, QUE NÃO CORRESPONDE À URL OFICIAL.

NESTE SITE SÃO SOLICITADOS SEU ID APPLE OU GOOGLE E SENHA. DE POSSE DESTAS INFORMAÇÕES O GOLPISTA TENTARÁ DESBLOQUEAR O DISPOSITIVO OU OBTER ACESSO INDEVIDO AOS SEUS DADOS PESSOAIS ARMAZENADOS EM NUVEM.



Enter your login information:

User name:

Password:

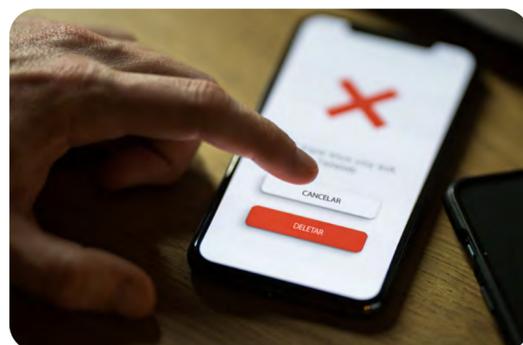
OK Cancel

5 PASSOS

EM CASO DE SINISTRO

COM SEU DISPOSITIVO MÓVEL:

1º PASSO



APAGUE REMOTAMENTE
SEU DISPOSITIVO

2º PASSO



EFETUE O BLOQUEIO DO CHIP
DA OPERADORA DE TELEFONIA

3º PASSO



NOTIFIQUE AS INSTITUIÇÕES
FINANCEIRAS QUE UTILIZA

4º PASSO



FAÇA O REGISTRO
DE OCORRÊNCIA

5º PASSO



TROQUE TODAS AS SUAS SENHAS
(ID APPLE, GOOGLE ID
E APLICATIVOS)

◀ VOLTAR AO MENU



Cuidados em grandes eventos



COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

CUIDADOS EM GRANDES EVENTOS

1 VERIFICAR COM ANTECEDÊNCIA AS ROTAS DE ACESSO E INTERDIÇÕES REALIZADAS PELOS ÓRGÃOS PÚBLICOS;

2 TIPO DE PERTENCES ANTORIZADOS NO ACESSO;

3 TRANSPORTES DISPONÍVEIS E AUTORIZADOS;

4 LEVAR O ESSENCIAL E MANTÊ-LOS PRÓXIMO AO CORPO, PREFERENCIALMENTE EM BOLSOS SEGUROS NA PARTE DA FRENTE;

5 PROCURAR SE HIDRATAR;

6 LOCALIZAR AS ROTAS DE FUGA (SAÍDAS) E PONTOS DE ATENDIMENTOS EMERGENCIAIS.

[← VOLTAR AO MENU](#)

STOP THE BLEED

PARE O SANGRAMENTO

MPRJ
CSI

COORDENADORIA DE
SEGURANÇA E INTELIGÊNCIA

STOP THE BLEED

PARE O SANGRAMENTO

A CAMPANHA **STOP THE BLEED** É UMA INICIATIVA DO COLÉGIO AMERICANO DE CIRURGIÕES, DO DEPARTAMENTO DE DEFESA DOS EUA E DO CONSENSO HARTFORD, QUE VISA HABILITAR PESSOAS, DE TODAS AS ÁREAS, A RECONHECER A PRESENÇA DE SANGRAMENTO MACIÇO E A CONTROLÁ-LO, BEM COMO APLICAR OS RECURSOS INDICADOS PARA A CONTENÇÃO DE HEMORRAGIAS, POSSIBILITANDO A ESTABILIZAÇÃO DE VÍTIMAS ANTES DA CHEGADA DO SOCORRO ESPECIALIZADO.

1 COMO CONTER HEMORRAGIAS?

REALIZAR UMA COMPRESSÃO DIRETA NO VASO SANGUÍNEO AFETADO PARA INTERROMPER O SANGRAMENTO.

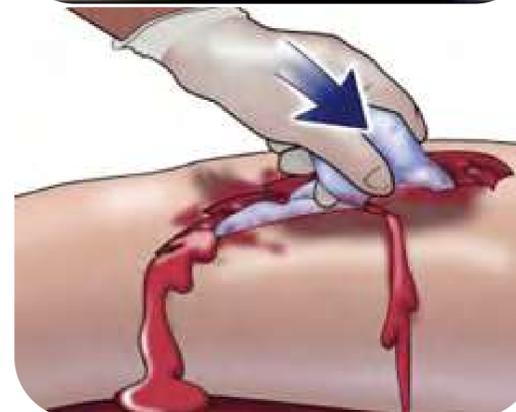
2 COMO CONTER HEMORRAGIAS?

DE ACORDO COM A LESÃO, COLOQUE UMA GAZE OU PANO LIMPO SOBRE O FERIMENTO E REALIZE UMA COMPRESSÃO DIRETA COM AS DUAS MÃOS.



EXPONHA O FERIMENTO RASGANDO A ROUPA, CASO NÃO ESTEJA VISÍVEL.

LIMPE O SANGUE ACUMULADO.



INTRODUZA GAZE OU PANO LIMPO NA FERIDA.

PRESSIONE CONTINUAMENTE A FERIDA, ATÉ INTERROMPER O FLUXO SANGUÍNEO.



CONTINUE PRESSIONANDO ATÉ A CHEGADA DO SOCORRO.

STOP THE BLEED

PARE O SANGRAMENTO

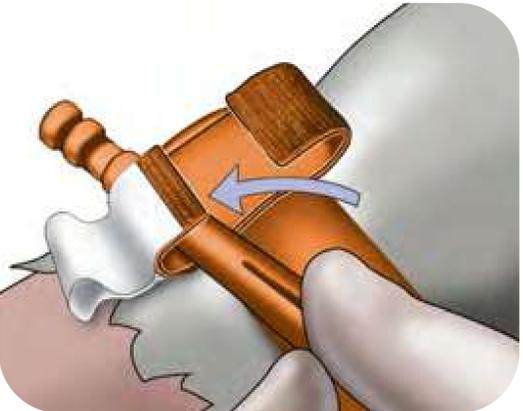
APLICANDO UM TORNIQUETE:
PASSE O TORNIQUETE AO REDOR DO MEMBRO AFETADO, EM POSIÇÃO DE 2 A 3 POLEGADAS ACIMA DO LOCAL DA HEMORRAGIA (NÃO COLOQUE O TORNIQUETE EM UMA ARTICULAÇÃO - POSICIONE ACIMA DELA, SE NECESSÁRIO).



PUXE A EXTREMIDADE LIVRE DO TORNIQUETE PARA TORNÁ-LO O MAIS APERTADO POSSÍVEL E PRENDA-A.



TORÇA OU ENROLE O BASTÃO ATÉ O SANGRAMENTO PARAR.



FIXE O BASTÃO PARA MANTÊ-LO APERTADO.



ANOTE A HORA EM QUE O TORNIQUETE FOI APLICADO.



Prevenção a tentativa de SUICÍDIO



DICAS DE PREVENÇÃO A TENTATIVA DE SUICÍDIO

[◀ VOLTAR AO MENU](#)

1 FRASES DE ALERTA

FIQUEM ATENTOS PARA OS COMENTÁRIOS ABAIXO. PODE PARECER ÓBVIO, MAS MUITAS VEZES SÃO IGNORADOS:



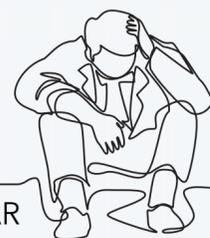
"VOU DESAPARECER."



"VOU DEIXAR VOCÊS EM PAZ."



"EU QUERIA PODER DORMIR
E NUNCA MAIS ACORDAR."



"É INÚTIL TENTAR FAZER ALGO
PARA MUDAR, EU SÓ QUERO ME MATAR."



"EU NÃO AGUENTO MAIS."

DICAS DE PREVENÇÃO A TENTATIVA DE SUICÍDIO

◀ VOLTAR AO MENU

2 PEDINDO AJUDA

PENSAMENTOS E SENTIMENTOS DE QUERER ACABAR COM A PRÓPRIA VIDA PODEM SER INSUPORTÁVEIS E PODE SER MUITO DIFÍCIL SABER O QUE FAZER E COMO SUPERÁ-LOS, MAS EXISTE AJUDA DISPONÍVEL. É MUITO IMPORTANTE CONVERSAR COM ALGUÉM QUE VOCÊ CONFIE. NÃO HESITE EM PEDIR AJUDA, VOCÊ PODE PRECISAR DE ALGUÉM QUE TE ACOMPANHE E TE AUXILIE A ENTRAR EM CONTATO COM OS SERVIÇOS DE SUPORTE.

3 ONDE BUSCAR AJUDA

- **CAPS E UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE** (SAÚDE DA FAMÍLIA, POSTOS E CENTROS DE SAÚDE);
- **UPA 24H, SAMU 192, PRONTO SOCORRO; HOSPITAIS;**
- **CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA - 188** (LIGAÇÃO GRATUITA).

4 DIANTE DE UMA PESSOA SOB RISCO DE SUICÍDIO, O QUE FAZER?

- **CONVERSAR:**

ENCONTRE UM MOMENTO APROPRIADO E UM LUGAR CALMO PARA FALAR SOBRE SUICÍDIO COM ESSA PESSOA. DEIXE-A SABER QUE VOCÊ ESTÁ LÁ PARA OUVIR, OUÇA-A COM A MENTE ABERTA E OFEREÇA SEU APOIO.

- **BUSCAR AJUDA PROFISSIONAL:**

INCENTIVE A PESSOA A PROCURAR AJUDA DE PROFISSIONAIS DE SERVIÇOS DE SAÚDE, DE SAÚDE MENTAL, DE EMERGÊNCIA OU APOIO EM ALGUM SERVIÇO PÚBLICO. OFEREÇA-SE PARA ACOMPANHÁ-LA A UM ATENDIMENTO.

- **ACOMPANHAR:**

FIQUE EM CONTATO PARA ACOMPANHAR COMO A PESSOA ESTÁ PASSANDO E O QUE ESTÁ FAZENDO.

SE A PESSOA COM QUEM VOCÊ ESTÁ PREOCUPADO (A) VIVE COM VOCÊ, ASSEGURE-SE DE QUE ELE (A) NÃO TENHA ACESSO A MEIOS PARA PROVOCAR A PRÓPRIA MORTE (POR EXEMPLO, PESTICIDAS, ARMAS DE FOGO OU MEDICAMENTOS) EM CASA.

- **PROTEGER:**

SE VOCÊ ACHA QUE ESSA PESSOA ESTÁ EM PERIGO IMEDIATO, NÃO A DEIXE SOZINHA. PROCURE AJUDA DE PROFISSIONAIS DE SERVIÇOS DE SAÚDE, DE EMERGÊNCIA E ENTRE EM CONTATO COM ALGUÉM DE CONFIANÇA, INDICADO PELA PRÓPRIA PESSOA.

- **FONTES:**

CLIQUE AQUI E ACESSE 

CLIQUE AQUI E ACESSE 