

SEGURANÇA URBANA: AUTORIDADES E INEFICIÊNCIA - 60 NORMAS DE SEGURANÇA ou PRINCÍPIOS DE PRECAUÇÃO

Aristoteles Rodrigues

Professor e Psicólogo, Mestre em Ciência da Religião.

Membro do Centro de Pesquisas Estratégicas “Paulino Soares de Sousa” da UFJF.

tote.rodrigues@terra.com.br

Nos anos 50, um laboratório farmacêutico anunciou a descoberta de um analgésico, a talidomida, que poderia ser usado por grávidas e os médicos passaram a receitá-lo em massa. Como resultado, milhares de crianças nasceram com má formação nos braços e pernas, além de outros membros.

Nos anos 60, entrou em moda extrair o apêndice das pessoas, “antes que dessem problema”.

O desastre da baía de Minamata, no Japão, foi provocado pelo consumo de peixes contaminados com mercúrio, despejado por empresas diretamente na rede de coleta de águas servidas.

A alimentação fast-food, incluída a comida a quilo, tem sido fator de descompensação nutricional: muita fritura, muita gordura, muita cor, muito sabor e pouca saúde. Fábricas de refrigerante vêm produzindo garrafas cada vez maiores; lanchonetes multinacionais aumentaram o volume de seus copos. O resultado de ambos é o incremento que tem havido no mundo à obesidade e ao diabetes.

Segurança não diz respeito somente à área policial e, por isso, as normas que se seguem vão em todas as direções. Não pretenda ser uma pessoa totalmente correta e nem pretenda que fazendo tudo certo só lhe aconteçam coisas boas – fazer o dever de casa não oferece blindagem completa a ninguém, mas ajuda a blindar.

A cidade não é um lugar seguro, é o lugar que escolhemos para viver - diferente do campo, que é regido pelo tempo natural, ela se rege pelo tempo artificial. Os perigos e as dificuldades de um são diferentes do outro. As precauções que se toma em um são diferentes das que se toma no outro.

Os princípios que se seguem são gerais e não esgotam outros, peculiares ao local em que se vive, aos produtos que se consome. Mas podem ajudar a qualidade de vida de cada um.

TODOS

Fora de casa, não deixe de prestar atenção aos buracos, às fezes de animais, a restos de comida, que compõem as paisagens urbanas, tanto nas ruas quanto nas calçadas.

Se você é pessoa urbana e for passear na roça, aceite as sugestões de quem mora ali, incluída a atenção ao chão em que pisa, diferente da calçada e do asfalto da cidade.

Na cidade, se estiver só, não passe por locais isolados, à noite, mesmo que tenha que dar uma grande volta para chegar onde deseja ir.

Cada membro da família deve lavar as mãos diversas vezes ao dia; em especial, toda vez que entrar em casa, após fechar a porta, antes de qualquer outra coisa. Higiene é coisa séria, ainda que não deva ser rígida, porque também precisamos da contaminação discreta, que obriga o corpo a manter-se alerta.

Quando for sacar dinheiro em banco, preferencialmente vá acompanhado de outro adulto. Se o valor for considerável, converse com o gerente e pegue o dinheiro em sala isolada, dentro do banco. Se o volume ficar muito grande, prefira pagar a taxa de transferência bancária.

Mensagens que prometem dinheiro, que oferecem fotografias pornográficas ou de mulheres nuas, ou outras coisas escusas e estranhas, devem ser deletadas, sem abrir. Contêm vírus.

Por mais simpática e atenciosa que seja a pessoa ao seu lado em caixas eletrônico, disfarce o momento de uso de sua senha: estelionatário tem que ser simpático e atencioso. Procure por um atendente da área.

Caso, na fila do banco, alguém ache um cheque no chão e pretenda que vocês partilhem o valor, chame o segurança em voz alta, avisando que alguém perdeu um cheque. A melhor possibilidade é de que seja um conto do vigário, do mesmo modo que “bilhetes premiados”, que o dono tem que viajar imediatamente e por isso vende-o por 10% do valor do prêmio; venda de dinheiro falso, por um valor irrisório. Economistas lembram que não existe jantar de graça – também não existe lucro de graça.

Deus não precisa de dinheiro, nem de fumaça da queima de oferenda animal ou vegetal. Dízimo é cooperação, na medida em que igrejas costumam praticar caridade e propiciar educação, mas, entre ofertas de dinheiro e a compra de um animal, que será morto e queimado em oferta ao deus, prefira a segunda hipótese: está no Velho Testamento.

Ao comprar qualquer tipo de alimento, leia sempre a data de vencimento, mesmo que o local seja conhecido e de confiança; o fornecedor pode não ser.

Estado febril razoável pode ser tratado com um antitérmico, no primeiro dia. Se a febre voltar no dia seguinte, o médico deve ser procurado.

Consumo de drogas oferece dois riscos: o que a droga traz, em linha direta, e o comparecimento ao local de compra da droga.

Não deixe velas acesas em local que possam provocar um incêndio: no meio da pia da cozinha, por exemplo, ela poderá cair, sem risco, mas vale lembrar que acima da pia ficam armários, em geral de madeira, que podem aquecer até incendiarem-se.

Em caso de incêndio em local público, como cinema, teatro, supermercados, igreja, busque manter a calma. Sair correndo como barata não vai ajudar.

Incêndio é para ser combatido por profissional e os bombeiros são profissionais. Se for um pequeno fogo, apague-o. Se se alastrar, fuja e chame os bombeiros.

Embora a maior parte dos medicamentos brasileiros seja comprada sem receita médica, a automedicação é prática que não tem dado certo: por exemplo, se suas pernas estão inchando, a benzedura, mais provavelmente, não resolverá. O médico deve ser procurado. O fígado não tem problemas que exijam qualquer produto adquirido em farmácia. Então, se você tiver problemas de fígado, trata-se de assunto sério, que deve ser tratado por médico. Se você tem azia continuamente, o médico deve ser visitado: o revestimento interno do estômago é resistente a quase tudo e azia não é condição apenas de estresse ou de comida condimentada.

Entre comprar móveis de grandes magazines, porque são baratos, e comprar móveis usados em bom estado, prefira a segunda hipótese. Os primeiros terão que ser substituídos a curto prazo e os segundos, não.

Se não for emergência, economize, até completar o valor necessário, e compre à vista.

Em cidades maiores, o Bob (boneco de pessoa) deve ficar no banco de carona de motorista que esteja só.

Bolsa feminina ou pasta masculina deve ser colocada no chão do carro, de modo a dificultar ser vista por alguém de fora.

Entre o risco real de violência e a hipótese de multa de avanço de sinal, se esta não representar risco de atropelamento ou abalroamento de outro veículo, fique com ela.

Blitze devem ser obedecidas, mesmo podendo ser assalto. Fugir implica na possibilidade de alguém levar um tiro.

É possível comprar outro carro, se o seu for roubado. Não é possível trazer de volta a sua vida ou a de outra pessoa que esteja com você. Aceite o roubo.

Em caso de abordagem por assaltante, lembre que ele está mais nervoso do que você, porque é ele, e não você, quem pratica uma ação perigosa e criminosa. Deixe bolsa, pasta ou outros objetos no carro, não tente resgatá-los. Busque tranquilizá-lo: “vou abrir o cinto de segurança”, “estou saindo do carro”, “ok, não vou reagir” etc, sempre sem falar muito

Porque o bandido está nervoso, ele não respeitará idosos, crianças, doentes que estejam no local. Aja com a rapidez possível, obedecendo às ordens dadas.

Caronas podem ser dadas, mas o risco é sempre alto – alguém de cara feia ou aparência pobre não necessariamente é bandido, mas bandido não tem “b” na testa.

A polícia só interfere se souber de algo acontecido (não existe crime, se não houver denúncia). O telefone de disque-denúncia de todas as cidades do Brasil é totalmente protegido por sigilo. Pode e deve ser usado 24 horas por dia.

Se você sofrer assalto, agressão, estupro, se você for vítima de qualquer ato criminoso, a polícia deve ser acionada. Vergonha e medo de represália servem apenas para que o criminoso permaneça em liberdade, pronto para cometer novo ato contra alguém.

Se presenciar alguma agressão ou tentativa furtiva de alguém entrar em casa, preferencialmente chame a polícia com rapidez. No primeiro caso, pode ser uma vítima defendendo-se. No segundo, morador, que não quer acordar os outros. E pode ser uma ocorrência policial.

Vá a festas e, salvo restrição médica, coma e beba tudo o que quiser. Lembre-se, porém, de não beber, se for dirigir. Se não der para não beber, deixe o carro em local seguro e vá de táxi ou de ônibus para casa.

“Boa noite, Cinderela” é golpe ainda aplicado: em festas, se estiver bebendo com pessoa desconhecida, mantenha o copo sob sua vista e, se se afastar, carregue-o consigo.

Sair com alguém que acabou de conhecer tem cheiro de aventura e de perigo. Chame alguém que conheça e apresente as duas pessoas. Depois, saia e divirta-se, com risco minimizado.

Crianças que engolem objetos devem ser imediatamente levadas a pronto-socorro, sem desespero.

Crianças devem ser ensinadas a atravessar as ruas sem correr, esperando que o fluxo de carros diminua o suficiente para não haver risco. E os adultos devem proceder do mesmo modo.

Crianças devem ser ensinadas a obedecer à sinalização de ruas, incluídos os semáforos. E os adultos devem proceder do mesmo modo.

Se puder, não use calçado de plástico.

Não fique com fome, mas, entre o pastel de queijo e o queijo, fique com este último.

Não fique com fome, mas evite consumir coisas doces em lanchonetes e padarias. Prefira consumir doces de frutas feitos em casa e prefira usar açúcar cristal em sua confecção.

Deixe o refrigerante para o fim de semana: entre o refrigerante gelado e um sorvete, fique com o sorvete. E, entre sorvete de frutas e cremosos, prefira os de fruta. Mas, se preferir os cremosos, ainda serão superiores ao refrigerante.

Dê sempre preferência a frutas da estação, seja para comer, seja para beber, sob a forma de suco.

É bom que se peçam “relatórios” às crianças, toda vez que voltam da rua, como conversa legítima, sem que haja cerceamento de suas atividades habituais, para saber o que fizeram e o que aconteceu, enquanto estiveram longe. E é bom respeitar a ausência de comentários, caso não se note alteração em seu comportamento.

Mesmo se for paciente do SUS, jovem e sem doença aparente, faça um pequeno check-up uma vez por ano, em média. Isso vale para o médico e para o dentista - tratar uma cárie incipiente sai mais barato do que uma grande cárie.

Nunca alguém viu orações ou milagre que devolvessem a alguém a perna amputada, o olho vazado, ou coisa parecida; caso você ou alguém de sua família contraia uma doença grave, ouça o pastor, o padre, o babalorixá, a benzedeira, cumpra os rituais, mas vá ao médico e siga suas prescrições.

Doenças terminais têm desfecho desagradável. Preferencialmente, não disfarce a realidade, seja sua, seja de terceiros, e viva até o fim.

MULHERES

Não ande sozinha em locais isolados, a qualquer hora. Se andarem em duas, o risco é bastante minimizado.

Se sofrer tentativa de estupro, não peça, não implore, não chore, porque isso aumenta a excitação do agressor. Se der para fugir com alguma segurança de não ser alcançada, fuja. A despeito dos condicionamentos femininos, que dificultam uso de força física, opte, dentro do possível, por usar o joelho, com toda a força que for possível, nos testículos do agressor; enfiar as unhas nos olhos do agressor, com força e fúria para arrancá-los; morder-lhe o peito, com toda a força que puder, buscando

arrancar pedaço; usar qualquer objeto alcançável e bater-lhe na cabeça. Não o poupe: ele não a poupará.

Se você for estuprada, abandone a idéia e a emoção de que foi culpa sua: já aconteceu de milhões de mulheres colocarem-se em situação de risco e não terem sido estupradas, porque o homem presente não era psicopata. Aquele que a estuprou é psicopata e cometerá estupros sempre que correr pouco risco de ser contido, independentemente da postura da mulher. Merece cadeia, tanto quanto você merece respeito.

IDOSOS

Pessoas idosas não têm mais a mesma densidade óssea das jovens e, por isso, estão sujeitas a fraturas, particularmente dos quadris. Tudo que se puder fazer para evitá-las deve ser feito.

A área do banho das pessoas idosas deve ter ladrilhos que não permitam escorregões – e não serve um tapete de borracha.

A altura das pias da casa deve ser adequada à pessoa idosa.

Se a pessoa idosa usa próteses dentárias, a alimentação deve ser objeto de revisões, buscando evitar o que exige mastigação severa.

A pessoa idosa não é inválida (inválido é inválido) e deve ser estimulada a sair, andar, freqüentar cursos de terceira idade ou não e, salvo forte necessidade, deve ser poupada de cuidar frequentemente de crianças pequenas. Mas deve conviver com pessoas de todas as idades, com a ressalva de ser respeitada, caso não mostre desejo de desenvolver atividades.

Para ajudar a manutenção da saúde, pessoas idosas devem praticar alguma atividade física, que pode ser, inclusive, apenas a de caminhar. Mas, observe-se que rotina pode levar à desistência.

Pessoas idosas têm direito a uma vida completa: se querem trabalhar, devem procurar uma ocupação. Se a pessoa idosa ficou só e deseja casar-se, deve procurar por alguém. Se quer mudar de casa, de bairro ou de cidade, deve fazê-lo. Se quiser pôr uma cadeira na calçada e ficar em contemplação, é exatamente o que deve fazer.

www.defesa.ufjf.br

Universidade Federal de Juiz de Fora

