

O Guia da Mulher na Prisão

INFORMAÇÕES BÁSICAS
DO ACOLHIMENTO
AO FIM DA SENTENÇA



Universidade de Brasília

O QUE VOCÊ VAI ACHAR NESTE GUIA

Seja muito bem-vinda!

Você é uma cidadã brasileira e é muito importante saber seus direitos, deveres e onde buscar apoio quando precisar. Neste guia explicamos o que você precisa saber para garantir os seus direitos, cumprir os seus deveres e encontrar o apoio necessário quando sair da prisão. Todas as palavras complicadas que farão parte do seu dia-a-dia serão marcadas com * e explicadas no item glossário (dicionário) do final do guia.

Aqui, estão reunidas todas as informações básicas com as páginas onde você pode encontrar cada uma delas.

Boa Leitura!

Noronha, Vitória

O guia da mulher na prisão: Informações básicas do acolhimento ao fim da sentença / Vitória Noronha; orientadora Katia Maria Belisário; ilustradora Giovana Az -- Brasília, 2021.

43 p.

Monografia (Graduação - Comunicação Organizacional) -- Universidade de Brasília, 2021.

1. Primeiros passos na prisão . 2. Cuidados pessoais da mulher. 3. Onde encontrar apoio depois da sentença. 4. Glossário de termos jurídicos do cotidiano. I. Belisário, Katia Maria, orient. II. Título.

O que você vai achar neste Gui	3
Parte I - Primeiros passos	6
1 - Contatos importantes	7
2 - Como funciona a penitenciária	7
3 - Seus direitos	8
4 - Seus deveres	12
5 - Benefícios	13
6 - Como fazer requerimentos	17
Parte II - O seu dia a dia como mulher	20
1 - Visitas	21
2 - Maternidade	22
3 - Cuidados Pessoais, Higiene e Prevenção	25
Parte III - Fora da Prisão	28
Onde procurar ajuda no fora	29
Parte IV - Glossário (Palavras Complicadas)	38
Fontes de informação deste guia	41



PARTE I PRIMEIROS PASSOS

1 - Contatos Importantes

Seguem os contatos mais importantes que reunimos para você:

DEFENSORIA PÚBLICA DO DISTRITO FEDERAL

Endereço: SCS, Quadra 04, Bloco A, Ed. Zarife, 6º andar – Brasília, DF

CEP: 70.300-944

Telefones: (61) 3905-6770 (61) 3905-6770 / 3905-6758 / 3225-1964 / 3905-6617

Fax: (61) 3905-6664 / 3905-6603

Site: www.defensoria.df.gov.br

E-mail: diretoria.defensoria@gmail.com

FUNDAÇÃO DE AMPARO AO TRABALHADOR PRESO - FUNAP

Endereço: SIA Trecho 02 Lotes 1835/1845 1º Andar - CEP: 71200-020

Telefone: (61) 3575-9600

Site: <https://www.funap.df.gov.br/>

E-mail: direx.funap@sejus.df.gov.br

2 - Como funciona a penitenciária

A Penitenciária Feminina do Distrito Federal – PFDF é um Estabelecimento Prisional de segurança média, que acolhe sentenciadas à cumprimento

de pena privativa de liberdade em regime fechado e semiaberto com e sem benefícios externos, bem como de presas provisórias que aguardam julgamento pelo Poder Judiciário. Abriga presas provisórias federais em caráter excepcional e em casos previamente analisados pela Vara de Execuções Penais.

A Colmeia possui blocos separados em Alas para as internas em prisão provisória, regime semiaberto sem saídas e fechado e outro bloco para presas com benefícios externos concedidos (trabalho externo e saídas temporárias), além de uma Ala para grávidas.

A acolhida é o primeiro atendimento quando você chega e, depois disso, ao preencher o requerimento, você tem acesso à atendimento odontológico e assistência médica. Você também poderá solicitar acesso ao trabalho e estudo, dependendo da sua situação e do bom comportamento.

3 - Seus Direitos

A Constituição Federal, lei maior do Brasil, traz no art. 5º os direitos de todos os cidadãos e cidadãs, mesmo na situação de prisão.

- Você tem direito a não sofrer violência física ou moral, de não ser torturada e nem tratada

com crueldade.

- Você tem direito a receber um exemplar e conhecer o regimento disciplinar* penitenciário de seu Estado.
- Se algum tipo de violência acontecer, você tem direito de denunciar, falar com o defensor público, promotor de justiça ou juiz que visita a penitenciária. Se tiver parentes ou amigos próximos, eles também podem fazer a denúncia!
- Você tem direito à liberdade de consciência e de crença e pode rezar, louvar, orar e praticar livremente o culto a qualquer religião.
- No Brasil não existe prisão perpétua e ninguém é obrigado a exercer trabalhos forçados, mas você pode trabalhar para reduzir sua pena.
- Se você não tiver dinheiro para pagar um advogado, você tem direito a um defensor público de graça e entrevistas pessoais e reservadas com o seu advogado ou defensor.
- Você tem o direito de ser chamada pelo nome.
- Você tem direito à assistência material. Deve receber, sempre que precisar, roupas, cobertas, alimentação, material de higiene

e limpeza, além de produtos de uso pessoal, suficientes para que não corra nenhum risco de saúde.

- Você também tem direito à assistência à saúde. Assim, além da assistência pelo clínico geral, caso precise de ginecologista, obstetra, psiquiatra ou psicólogo, deve ser atendida. Você tem direito à atenção básica à saúde, incluindo programas educativos de prevenção a infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), como AIDS, Sífilis, Herpes, etc.
- Se você tomava algum tipo de remédio antes da prisão, tem o direito de continuar o seu tratamento quando presa.
- Você também tem direito de ir ao dentista.
- Se estiver com o seu filho ou filha na unidade, a criança tem direito de ser atendida por um pediatra.
- Você tem direito a permanecer com o seu filho ou filha enquanto estiver amamentando e deve existir na penitenciária uma ala reservada para as mulheres grávidas e para as internas que estão amamentando.
- Você também tem direito à assistência social. Deve ser entrevistada por profissionais que

te expliquem sobre seus direitos e te ajudem na inclusão em projetos da Política Nacional de Assistência Social. A assistente social também pode ajudar a sua família.

- Se você contribuía para a previdência social, ou seja, se trabalhava com carteira assinada ou algo parecido, você tem direito ao auxílio-reclusão, que é oferecido aos seus dependentes fora da prisão, a menos que você cumpra sentença em regime aberto. Sua família pode conseguir outras informações sobre este benefício ligando para o número 135, que é o da Central de Atendimento do INSS.
- Você tem direito à educação formal e não formal (acesso a livros, incentivo à leitura, cursos profissionalizantes, etc).
- Você tem direito ao trabalho, que também é um dever seu no interior da unidade prisional*.
- Você tem direito à visita, íntima ou não, do cônjuge ou da cônjuge, do companheiro ou da companheira, dos parentes e dos amigos em dias determinados.
- Você tem direito a ter audiência com a Diretoria da prisão, para pedir o que

necessitar ou denunciar irregularidades.

- Também é seu direito ter contato com o mundo exterior por meio de carta escrita ou por outro meio que não comprometa as regras da prisão.
- Você tem direito a receber, no mínimo uma vez no ano, o atestado de pena a cumprir*, que é emitido pela Vara de Execução Penal. O objetivo desse documento é te deixar informada sobre os seus pedidos e sua pena.

AS PRESAS ESTRANGEIRAS TÊM OS MESMOS DIREITOS QUE AS BRASILEIRAS!

A Constituição Federal assegura que todos são iguais perante a lei. O que pode acontecer é uma maior dificuldade das estrangeiras em conseguir alguns benefícios por causa da dificuldade em estabelecer moradia. O aconselhável, se você for estrangeira, é tentar, por meio de seu advogado ou defensor, acelerar o processo no Ministério da Justiça, porque quando o seu processo finalizar, você pode pedir à Polícia Federal para ser encaminhada ao seu País de origem. É importante que você, presa estrangeira, saiba que tem direito de receber visita de familiares e parentes, além de acompanhamento da sua situação por representantes de embaixadas e consulados do seu país.

4 - Seus deveres

- Você deve cumprir as regras da prisão e cumprir sua sentença.
- Também deve obediência aos servidores da Unidade prisional e respeito a qualquer pessoa com quem se relaciona.
- É seu dever ir contra aos movimentos, individuais ou coletivos, de fuga ou de rebelião.
- Você deve trabalhar.
- É seu dever manter a higiene pessoal, a limpeza da cela ou alojamento e a conservação dos seus objetos pessoais.
- É seu dever aceitar, quando for o caso, à sanção disciplinar* que for legalmente imposta.
- Não cumprir com os seus deveres provocam faltas disciplinares*, que podem ser leves, médias e graves e dificultam o acesso ou suspendem seus benefícios.

5 - Benefícios

A Lei de Execuções Penais pode oferecer alguns

benefícios durante o cumprimento da pena, desde que alguns requisitos sejam cumpridos e a presa tenha um bom comportamento. Os mais comuns são:

Progressão de regime (art. 112 da LEP): Acontece quando você tiver sido condenada por crime comum ou hediondo (o hediondo deve ter sido cometido antes de 29/3/2007), e tiver cumprido mais de 1/6 (um sexto) da pena no regime anterior e tiver bom comportamento, passando a cumprir a pena em regime mais brando. Você deve solicitar, junto ao seu defensor, a progressão de regime que couber no seu caso, e se informar com o atestado de pena a cumprir.

Livramento Condicional (art. 83 do CP): O livramento condicional é a liberdade antecipada que o juiz pode oferecer, quando cumpridos os requisitos legais. É cabível quando a pena for superior a dois anos e a condenada tiver cumprido mais de um terço da pena, se não for reincidente em crime doloso e tiver bons antecedentes. Se for reincidente em crime doloso, deve cumprir mais da metade da pena para ter direito ao benefício.

MUITA ATENÇÃO!!!

Na condicional você precisa seguir rigorosamente algumas regras e ela pode facilmente ser revogada*

no caso dessas regras serem quebradas ou no caso de cometer qualquer crime durante o livramento condicional.

Permissão de Saída (art.120 da LEP)

A permissão de saída pode ser oferecida pela direção da unidade prisional (depois comunicada ao juiz) para as presas provisórias ou condenadas, em qualquer caso, pelo tempo que for necessário, sempre mediante escolta, apenas em caso de falecimento ou doença grave do cônjuge, companheiro(a), ascendente (pai, mãe, avô, avó), descendente (filhos) ou irmão, ou quando houver necessidade de tratamento médico.

Saída Temporária (art.122 da LEP)

Apenas quando já estiver em regime semiaberto você pode receber esse benefício, se já tiver cumprido pelo menos 1/6 da pena até a data da saída, ou 1/4 no caso de ser reincidente. Além desse requisito temporal, também será avaliado o seu comportamento na unidade penitenciária. Deverá ser observado intervalo de 45 dias entre uma saída e outra. Para desfrutar desse direito, é necessário o deferimento pelo juiz, com a prévia manifestação do Ministério Público. Esta saída será concedida pelo prazo máximo de 7 dias corridos, podendo ser renovada por mais 4 vezes durante o ano, totalizando 5 saídas temporárias ao ano, sempre que você visitar sua família ou participar de atividades que contribuam para

a sua reintegração à sociedade, como cursos profissionalizantes, supletivos de 1º e 2º graus ou frequência a curso superior.

Remição (art. 126 da LEP)

É um instituto que permite cumprir parte da pena pelo trabalho ou pelo estudo. A cada 3 dias de trabalho desconta-se 1 dia da pena ou do tempo necessário para progressão de regime ou para a concessão de livramento condicional. Cabe à direção da unidade penitenciária encaminhar, mensalmente, ao juízo da Vara de Execuções informações sobre as presas que estejam trabalhando ou estudando, com a informação sobre os dias nos quais cada uma efetivamente trabalhou/estudou. A remição é um benefício e será concedido pelo Juízo da Vara de Execuções Penais. Pode ocorrer, ainda, a remição pelo estudo, deferida pelo juiz na proporção de 1 (um) dia de pena a cada 12 (doze) horas de frequência escolar - atividade de ensino fundamental, médio, inclusive profissionalizante, ou superior, ou ainda de requalificação profissional - divididas, no mínimo, em 3 (três) dias da semana.

MUITA ATENÇÃO!

A Lei 12.433/2011 prevê que o juiz poderá revogar, no caso de falta grave, até 1/3 (um terço) do tempo remido

Indulto e Comutação

O indulto, que equivale à graça, pode ser total ou parcial. O indulto propriamente dito é o perdão total da pena, quando a presa preenche os requisitos necessários. Quando o benefício é parcial recebe o nome de comutação. Na comutação dispensa-se o cumprimento de parte da pena, reduzindo-a, ou substituindo-a por outra menos severa. Os dois benefícios são concedidos por decreto do Presidente da República no qual são estipulados os requisitos para a concessão do benefício. O indulto geralmente beneficia as pessoas condenadas à pena não superior a 8 anos, que tenham cumprido 1/3 da pena, se não reincidentes, ou a metade, se reincidentes. Além disso, o decreto presidencial também prevê outras situações, como paraplegia, tetraplegia, cegueira, situação das portadoras de doença grave permanente, tudo devidamente constatado por médico. A comutação pode ser concedida quando a pessoa já tiver cumprido ¼ da pena, se primária, ou 1/3, se reincidente. A comutação sempre é condicionada ao bom comportamento da apenada nos últimos 12 meses.

Parcelamento e progressão da pena de multa

A maioria dos crimes previstos no Código Penal prevê condenação à pena de multa, que deve obrigatoriamente ser paga, para que haja a extinção total da pena imposta e o arquivamento

do processo. Portanto, ao receber progressão para regime mais brando, você deve procurar a Vara na qual tramita seu processo de execução e pedir o cálculo

da multa, que pode ser, inclusive, parcelada. As custas processuais também devem ser pagas, mas você pode ser dispensada do seu pagamento, pelo juiz, caso não tenha condições financeiras.

OUTRO LEMBRETE IMPORTANTE!

Ao ser liberada, você deve acompanhar outros processos pendentes, se tiver.

6 - Como fazer requerimentos

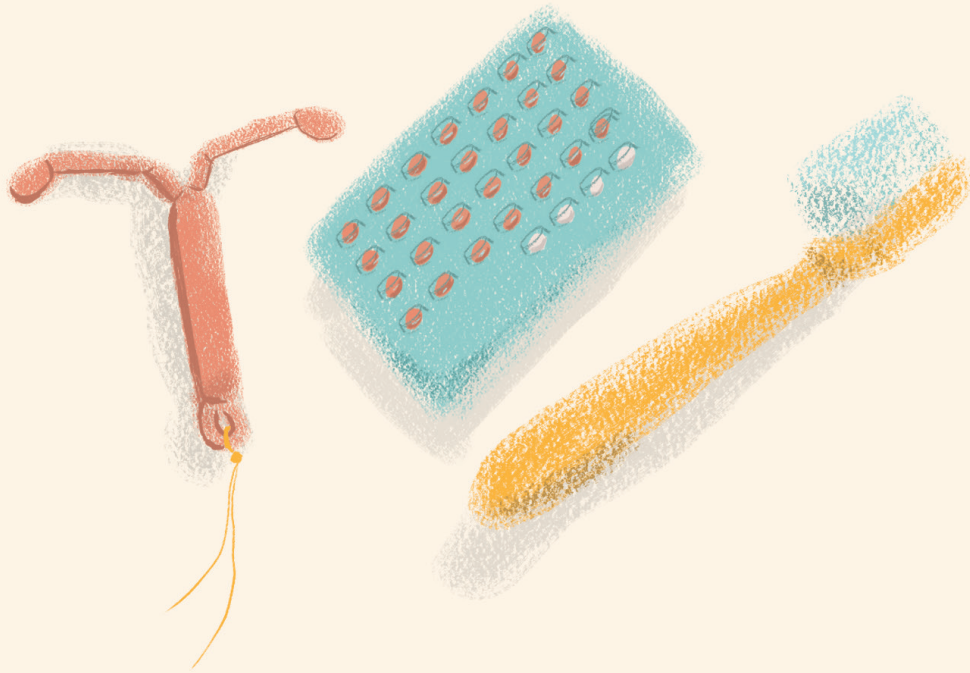
Você já sabe o que é **catatau**? São papéis entregues toda semana para pedir tudo o que você precisar: auxílio médico, apoio de um defensor público, atendimento de assistência social, etc.

Se você estiver precisando de qualquer coisa, pode informar nesses **catataus** durante a sua estadia na prisão. É nele que você informa se estiver sofrendo qualquer tipo de ameaça e/ou precisar trocar de ala ou cela. É nele que você vai dizer quando precisar de informação sobre a sua família e todas essas questões.

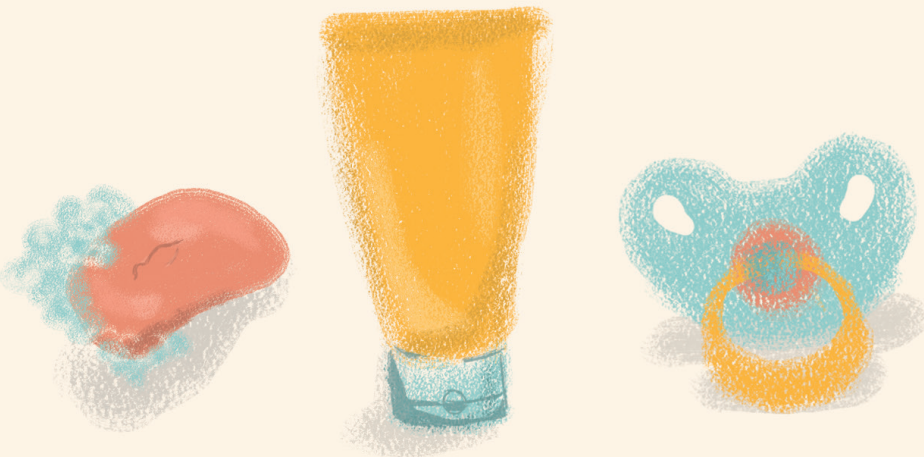
Para algum pedido especial, ou caso você precise falar com o Juiz que está cuidando do seu caso, por

exemplo, você pode solicitar papéis para escrever sua carta, pedir ajuda à assessoria jurídica da prisão, ou ao seu defensor público para fazer o seu requerimento e pedir para enviarem.





PARTE II O SEU DIA A DIA COMO MULHER



1 - Visitas

Você tem direito à visita, íntima ou não, do cônjuge ou da cônjuge, do companheiro ou da companheira, dos parentes, dos filhos e dos amigos às quartas e quintas-feiras, das 9h às 15h.

Seu ou sua visitante pode fazer cadastro e conseguir login e senha pessoalmente no posto de atendimento do NA HORA mais perto, ou no guichê de atendimento da Unidade Prisional.

Para realizar o cadastro no Na Hora, ele precisa realizar seu pré-cadastro on-line (Central de Agendamentos SEAPE/NA HORA) e finalizá-lo, depois de agendar, em uma das Unidades do NA HORA, na Rodoviária, Riacho Fundo I, Taguatinga ou Ceilândia

Rodoviária

Endereço - Setor Cultural Norte - Plataforma Inferior da Rodoviária de Brasília.

Taguatinga

Endereço - QS 3 Lote 11 Lojas 4 a 8 - Taguatinga

Riacho Fundo I

Endereço - Shopping Riacho Mall, 2º Andar. QN 07, Área Especial 01.

Ceilândia Norte

Endereço - Shopping Popular de Ceilândia. QNM 11 - Área Especial - Piso Superior

As Unidades do Na Hora estão abertas de segunda à sexta-feira, das 08h às 19h.

As senhas param de ser emitidas 30 minutos antes do estabelecimento fechar e, se ocorrer algum imprevisto, também poderão parar antes. Então a dica é chegar cedo!

É obrigatória a apresentação de toda a documentação exigida no dia da realização e/ou atualização do cadastro.

Com o login e senha que receber no cadastro, ele ou ela terá acesso às informações referentes à lotação carcerária*, ao dia da realização da visita e a opção de impressão da senha no site da PFD - Penitenciária Feminina do DF.

A emissão de senhas para visita estará disponível 1 dia antes da data da visita, a partir das 16 horas. A entrada de sacolas é liberada a cada 28 dias (sempre na próxima visita). O valor em dinheiro liberado para entrada é de R\$200 ao mês e o kit de roupas é liberado a cada 360 dias.

2 - Maternidade

A gravidez

Na prisão, você pode pedir e realizar o teste de gravidez a qualquer momento que suspeitar de uma gravidez. Além disso, caso a gravidez seja decorrente de violência sexual, você pode pedir

ajuda da equipe de acolhimento do presídio, que deverá orientar você sobre os procedimentos para aborto legal, ou ajudar na sua decisão.

Pela lei, gestantes e mães presas possuem o direito à acompanhamento médico e psicológico durante todo o período de pré-natal, parto e pós-parto. Caso você não tenha acesso a isso, pode realizar requerimento ou pedir auxílio à Defensoria Pública e à assessoria jurídica da sua unidade prisional.

O parto

O parto deve ser realizado em condições dignas. Assim, é proibida a utilização de algemas durante o trabalho de parto, no trajeto para o hospital e após o parto. Não será aceita a realização de partos nas dependências dos presídios.

De acordo com a Lei 11.108/05, toda mulher grávida tem direito a indicar acompanhante, que deverá ser indicado com antecedência e cadastrado na lista de visitantes do presídio.

Deve ser garantido o seu direito ao parto humanizado e respeitado o seu direito à intimidade.

Após o nascimento do ou da bebê, o pai deverá ser indicado e localizado para registrar a criança. Quando ele também estiver preso, você pode pedir que as equipes dos presídios se comuniquem para que o registro seja providenciado e contenha também o nome do pai. O registro da criança com

o nome do pai é importante para que os filhos recebam pensão e tenham direito à herança, mas você tem o direito de registrar seu filho mesmo sem o nome do pai.

Em caso de nascimento dentro do presídio, essa informação não deverá constar no registro de nascimento.

Amamentação

A Constituição Federal determina que as mulheres presas devem permanecer com os filhos durante o período de amamentação. O tempo mínimo garantido, por lei, é de seis meses de idade do bebê, mas há recomendação para que as crianças fiquem com as mães até a idade de um ano e meio.

Esse prazo deve ser respeitado também nos casos em que a mãe foi presa durante o período de amamentação.

Você tem direito a ficar em ala específica para amamentação e para o maior conforto do bebê.

Depois da separação

Você não perde a guarda dos seus filhos ou filhas quando está presa. A guarda fica apenas suspensa até o julgamento definitivo da causa, ou então, se você for condenada por sentença com pena superior a dois anos de prisão, sem mais possibilidade de recurso. Nesse caso, a guarda do filho menor ficará com o marido, parentes ou com amigos da família, você pode indicar, por

meio da Defensoria Pública, quem ela gostaria que cuidasse da criança. Cumprida a pena e não havendo decisão judicial contrária, você, mãe, voltará a ter a guarda e o poder familiar que tinham sido suspensos.

VOCÊ SOMENTE PERDERÁ A GUARDA DE SEU FILHO E O PODER FAMILIAR QUANDO COMETER CRIME DOLOSO CONTRA O PRÓPRIO FILHO, SE O CRIME FOR SUJEITO À PENA DE RECLUSÃO.

3 - Cuidados Pessoais, Higiene e Prevenção

Você tem direito ao cuidado com a saúde integral dentro da prisão, respeitando suas necessidades femininas e itens pessoais de higiene.

Seus itens pessoais de higiene são só seus e você tem direito a receber:

- Sabonete
- Desodorante
- Shampoo e condicionador
- Hidratante
- Cera depilatória
- Escova e pasta de dente
- Fio dental

Lembre-se: Alguns itens pessoais **não podem ser**

compartilhados, como o sabonete, o desodorante (principalmente se ele for roll on, que são aqueles que você encosta na axila), escovas de dente e qualquer tipo de lâmina para depilação. Dividir esses itens com alguém pode aumentar o risco de infecções.

Você deve ter acesso a **métodos contraceptivos** (pílula anticoncepcional, injeção, DIU, camisinha) dentro da prisão e auxílio para planejamento familiar (se preparar para ter filhos e entender como quer formar uma família).

Ainda no acolhimento, você deve receber informações sobre IST (Infecções sexualmente transmissíveis), o vírus do HIV (que causa a AIDS) e hepatites. Caso não receba, informe no Catatau seu interesse de saber mais sobre sua saúde ginecológica e sexual.

Você também pode se **prevenir de doenças e infecções** tomando alguns cuidados:

- usar camisinha, feminina ou masculina, ao ter relações sexuais
- não compartilhar objetos e acessórios sexuais
- não reutilizar roupas íntimas sem lavagem
- manter os exames em dia

Todo ano você deve realizar os exames preventivos de saúde da mulher em uma ou em

um ginecologista, como o papanicolau.

A mamografia de rotina é recomendada para as mulheres de 50 a 69 anos uma vez a cada dois anos.

Se **autoexaminar** também é importante! A orientação é que você observe e palpe suas mamas sempre que se sentir confortável (seja no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano), valorizando a descoberta casual de pequenas alterações mamárias. São considerados sinais e sintomas suspeitos de câncer de mama:

- Qualquer nódulo nos seios em mulheres com mais de 50 anos.
- Nódulo nos seios em mulheres com mais de 30 anos, que persistem por mais de um mês.
- Nódulo mamário de consistência endurecida e fixo ou que vem aumentando de tamanho, em mulheres adultas de qualquer idade.
- Aumento progressivo do tamanho dos seios com a presença de sinais de edema, como pele com aspecto de casca de laranja.
- Mudança no formato do mamilo.

Se observar é o que você pode fazer de melhor para a sua saúde. Cuide de seu corpo e utilize os serviços de saúde disponíveis na sua unidade prisional.

Onde procurar ajuda no fora

Existem algumas formas de conseguir ajuda e apoio social quando você sair da prisão. Caso não tenha parentes próximos, amigos ou companheiros, você pode procurar alguns lugares de assistência você mesma:

O Centro de Referência de Assistência Social - CRAS é uma unidade pública do **Sistema Único de Assistência Social**, que serve para atender famílias e pessoas que estão passando por dificuldades.

Lá, você pode encontrar o **Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família - PAIF**, onde você vai conseguir informação e acessar outros serviços, benefícios, programas e projetos de assistência, como o **Bolsa Família**.

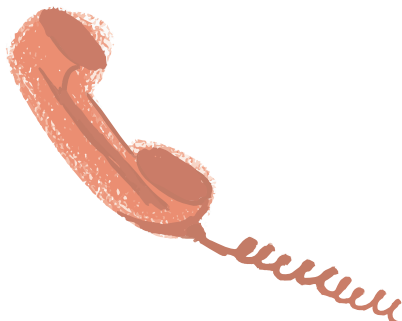
Você pode encontrar o CRAS mais perto:

PARTE III

CRAS/E-MAIL	ENDEREÇO	TELEFONE	QUEM PROCURAR	HORÁRIO DE ATENDIMENTO
BRASÍLIA cras_bsb@sedes.df.gov.br	Av. L2 Sul - SGAS 614/615 - Lote 104-B - Asa Sul - Brasília	3773-7356 / 3773-7357 3773-7358	Gerardo Linhares Menezes	8h às 18h
BRAZLÂNDIA VEREDAS cras_brz@sedes.df.gov.br	Área Especial II - Quadra 35/36, Vila São José - Brazlândia	3773-7361 / 3773-7362 3773-7363	Josilene de Cássia Santos da Fonseca	8h às 18h
CANDANGOLÂNDIA crascand@sedes.df.gov.br	Quadra 02 Área Especial S/N - Candangolandia	3773-7366 / 3773-7367 3773-7368	Valeria de Sousa Lima	8h às 18h
CEILÂNDIA NORTE crasceinorte@sedes.df.gov.br	QNN 15 - Área Especial Módulo A, Via Oeste - Ceilândia	3773-7371 / 3773-7372 3773-7373 / 3773-7374	Morgana Ferreira do Espírito Santo	8h às 18h
CEILÂNDIA P SUL craspsul@sedes.df.gov.br	EQNP 12/16 Área Especial S/Nº Lote A/B - Ceilândia	3773-7376 / 3773-7377 3773-7378 / 3773-7379	Alessandro Diniz Carvalho	8h às 18h
CEILÂNDIA SUL crascei@sedes.df.gov.br	QNM 15 A/E Módulo A - Ceilândia	3773-7381 / 3773-7382 3773-7383 / 3773-7384	Raissa Danielli Santos Velozo	8h às 18h
ESTRUTURAL crasest1@sedes.df.gov.br	Quadra 05 A/E 02 - Setor Oeste - Estrutural	3773-7386 / 3773-7387 3773-7388	Thaís Mandarino de Albuquerque	8h às 17h
FERCAL crasfercal@sedes.df.gov.br	DF 150 Km 12 - Área Especial, S/N, Engenho Velho - Sobradinho	3773-7391 / 3773-7392 3773-7393	Diana Maria J. de Carvalho da Silva	8h às 17h
GAMA crasgama@sedes.df.gov.br	Área Especial 11/13 Setor Central - Gama	3773-7396 / 3773-7397 3773-7398	Valéria Lemos da Costa	8h às 18h
GUARÁ crasguara@sedes.df.gov.br	EQ 15/26 - Área Comunal 01 - Guará	3773-7401 / 3773-7402 3773-7403	Viviane Rodrigues Viana Monteiro	8h às 18h
ITAPOÃ crasita@sedes.df.gov.br	Quadra 61 - Área Especial 03 - Del Lago - Itapoã	3773-7406 / 3773-7407 3773-7408	Beatriz Fonseca Cerqueira	8h às 17h
NÚCLEO BANDEIRANTE crasban@sedes.df.gov.br	Avenida Central A/E - Lote E - Núcleo Bandeirante	3773-7411 / 3773-7412 3773-7413	Rafaella da Câmara Lobão Barroso	8h às 18h

PARANOÁ craspar@sedes.df.gov.br	Quadra 03, Área Especial 07, S/N Paranoá	3773-7416 / 3773-7417 3773-7418 / 3773-7699	Lubina Leticia Ferreira Guadagnin	8h às 17h
PLANALTINA crasplan@sedes.df.gov.br	Área Especial H, Lote 6 – Setor Educacional – Planaltina	3773-7419 / 3773-7420 3773-7421 / 3773-7422	Vera Lucia Moura Andrade de Lima	8h às 18h
PLANALTINA ARAPOANGA crasarapoanga@sedes.df.gov.br	Quadra 05, Conjunto F, Lote 05 – Planaltina Arapoanga.	3773-7424 / 3773-7425 3773-7426 / 3773-7427	Raquel dos Santos Almeida	8h às 17h
RECANTO DAS EMAS crasrec@sedes.df.gov.br	Quadra 602 -Área Especial- Lote 01 – Recanto da Emas	3773-7429 / 3773-7430 3773-7431 / 3773-7432	Crysthiane Portela de Albuquerque	8h às 17h
RIACHO FUNDO I crasrfi@sedes.df.gov.br	QS 12, Área Especial, Lote F – Riacho Fundo I	3773-7434 / 3773-7435 3773-7436	Samantha Barros Correa	8h às 18h
RIACHO FUNDO II crasrf2@sedes.df.gov.br	QC 04, Área Especial 01 – Riacho Fundo II	3773-7439 / 3773-7440 3773-7441	Rafaela Marques Oliveira Soares	8h às 17h
SAMAMBAIA EXPANSÃO crassamexp@sedes.df.gov.br	QR 833, Conjunto 08, Lote 01/02 – Samambaia Expansão	3773-7444 / 3773-7445 / 3773-7446 98303-7659 / 99450-9813	Ana Luiza Dias França Souza	8h às 17h
SAMAMBAIA SUL crassam@sedes.df.gov.br	QN 317, Área Especial 02, Samambaia	3773-7449 / 3773-7450 3773-7451 / 3773-7452	Ricardo Carvalho do Nascimento	8h às 17h
SANTA MARIA crassmaria@sedes.df.gov.br	EQ 209/309, Área Especial B, Santa Maria	3773-7454 / 3773-7455 3773-7456 / 3773-7457	Shirley da Silva Gomes Pereira	8h às 17h
SÃO SEBASTIÃO crasseb@sedes.df.gov.br	Quadra 201, Área Especial, Residencial Oeste – São Sebastião	3773-7484 / 3773-7485 3773-7486 / 3773-7487		8h às 18h
SOBRADINHO crassob@sedes.df.gov.br	Quadra 06, Área Especial, N° 03 Sobradinho	3773-7459 / 3773-7460 3773-7461	Mônica Maria Alves Diógenes	8h às 18h
SOBRADINHO II crassob2@sedes.df.gov.br	AR 13, Área Especial 05, Sobradinho II	3773-7464 / 3773-7465 3773-7466	Verônica Inácio da Silva	8h às 18h
TAGUATINGA crastag@sedes.df.gov.br	QNG 27, Área Especial nº 4 – Taguatinga	3773-7469 / 3773-7470 3773-7471	Karine Cardoso Moura Nunes	8h às 18h

O GUIA DA MULHER NA PRISÃO		INFORMAÇÕES BÁSICAS DO ACOLHIMENTO AO FIM DA SENTENÇA		
TAGUATINGA AREAL crasareal@sedes.df.gov.br	OS 09 Área Especial / lote 01 a 07 Areal - Águas Claras	3773-7474 / 3773-7475 3773-7476 / 3773-7477	Eduardo Ramos Pina	8h às 17h
VARJÃO crasvar@sedes.df.gov.br	Quadra 07, Conjunto D, Área Especial 01 - Varjão	3773-7479 / 3773-7480 3773-7481	Fernanda Mendes Oliveira	8h às 18h



Já o CREAS, o Centro de Referência Especializado de Assistência Social, é feito para auxiliar as pessoas a superar as violências sofridas ou a diminuir os danos causados por elas.

E você também pode encontrar o mais próximo a você ou à sua família:

CREAS (Lugares que são atendidos)	ENDEREÇO/ E-MAIL	TELEFONE	COORDENADOR
CREAS BRASÍLIA (Plano Piloto, Lago Norte, Lago Sul, Sudoeste/Octogonal, Cruzeiro, Varjão)	SGAS 614/615 Lote 104 (L2 Sul) creasbsb@sedes.df.gov.br	3773-7489 3773-7490	Juliana Castro
CREAS BRAZLÂNDIA (Brazlândia)	A/E Nº. 01 LOTES K/L - BRAZLÂNDIA /DF creasbrz@sedes.df.gov.br	3773-7492 3773-7493	Rubio Antunes Ruela
CREAS CEILÂNDIA (Ceilândia, Sol Nascente/ Por do Sol)	QNM 16 A.E. Módulo A.- Ceilândia Norte creascei@sedes.df.gov.br	3773-7495 3773-7496	Daniella Pimenta
CREAS DIVERSIDADE	SGAS 614/615 Lote 104 (L2 Sul) centrodadiversidade@sedes.df.gov.br	3773-7498 3773-7499	Arina Cynthia dos Santos Costa

CREAS ESTRUTURAL (Estrutural/SCIA e SIA)	Área Especial 09-Setor central - Estrutural creasest@sedes.df.gov.br creasestrutural@gmail.com	3773-7501 3773-7502	Sônia Maria da Silva Mello Fois
CREAS GAMA (Gama e Santa Maria)	A.E. 11/13 Setor Central - GAMA/DF creasgama@sedes.df.gov.br	3773-7504 3773-7505	Felipe Luís dos Santos Azevedo
CREAS NÚCLEO BANDEIRANTE (Riacho Fundo I, Candangolândia, Núcleo Bandeirante, Park Way, Guará)	Avenida Central, Área Especial, Lote E, Núcleo Bandeirante creasnb@sedes.df.gov.br	3773-7507 3773-7508	Eliane Júlia dos Santos Mendes Aguiar
CREAS PLANALTINA (Planaltina)	A. E. - H - LOTE 06 - Setor Central. creaspla@sedes.df.gov.br	3773-7510 3773-7511	Rosalva Aparecida da Silva
CREAS SAMAMBAIA (Samambaia e Recanto das Emas)	QN 419 A.E. 01 Samambaia Norte creassamambaia@sedes.df.gov.br	3773-7513 3773-7514	Lucas Clementino de Ceia
CREAS SÃO SEBASTIÃO (São Sebastião (Aquilhada, Barreiros, Bela Vista, Bonsucesso,+)	Endereço: Quadra 101 Área Especial S/N Administração Regional de São Sebastião creassaosebastiao@sedes.df.gov.br	3775-7105	Priscila Carvalho Boselli
CREAS SOBRADINHO (Sobradinho, Sobradinho II, Paranoá, Itapoã, Fercal)	Endereço: Quadra 101 Área Especial S/N Administração Regional de São Sebastião creassaosebastiao@sedes.	3773-7516 3773-7517	Kátia de Castro Silva
CREAS TAGUATINGA (Taguatinga, Águas Claras, Riacho Fundo II, Vicente Pires e Arniqueiras)	A.E. Nº. 09 -Setor "D" Sul - Taguatinga Sul creastag@sedes.df.gov.br	3773-7519 3773-7520	Juliana Damaris

+ Bora Manso, Capão Cumprido, Cavas de Baixo, Cavas de Cima, Centro, Crixás, Itaipu, João Cândido, Morro Azul, Morro da Cruz, Nova Betânia, Ponte do Bartolomeu, Recanto da Conquista I e II, Residencial Bosque, Residencial Oeste, Residencial Vitória, Riacho Frio, São Bartolomeu, São Francisco,

São Gabriel, São José, Setor Tradicional, Vila do Boa, Vila Nova, Zumbi dos Palmares) - Região Administrativa do Jardim Botânico (Jardim Mangueiral, Setor Habitacional Tororó, Condomínios Altiplano Leste, Fazenda Taboquinha) - Café Sem troco)

Aqui você consegue entender as palavras do seu dia a dia.

UNIDADE PRISIONAL - É a própria penitenciária, a Instituição específica em que você está cumprindo pena. Existem diversas Unidades Prisionais no Brasil.

REGIMENTO DISCIPLINAR PENITENCIÁRIO - É o livro de regras e disciplinas da penitenciária. Serve para garantir a harmonia e ordem da unidade prisional. Cada Estado tem o seu.

ATESTADO DA PENA A CUMPRIR - Documento que te informa sobre os prazos para pedidos de progressão de regime* ou liberdade condicional*.

*Benefícios explicados no tópico de benefícios. Você deve receber o atestado de pena a cumprir nos seguintes prazos, conforme Resolução n. 113 do CNJ:

- I. no prazo de sessenta dias, depois de presa;
- II. no prazo de sessenta dias, depois do prazo anterior; e
- III. todo ano, até o último dia útil do mês de janeiro de cada ano.

DISCIPLINA - É a colaboração com a ordem do ambiente, obedecendo às determinações das autoridades e no desempenho do trabalho. Tanto a presa provisória como a condenada precisam

PARTE IV GLOSSÁRIO (PALAVRAS COMPLICADAS)

seguir as regras de disciplina.

FALTA DISCIPLINAR - É o descumprimento da disciplina da sua unidade. Segundo o art. 50 da Lei de Execução Penal (LEP), comete falta grave quem organizar ou participar de movimento contra a ordem ou a disciplina (ex.: rebelião, greve de fome, etc.); fugir da unidade prisional ou guardar instrumento capaz de machucar outra pessoa (ex.: faca, “chucho”, estoque, etc.) ou provocar acidente de trabalho; descumprir as condições impostas no regime aberto ou não observar os deveres previstos na LEP, ou, ainda, guardar, utilizar ou fornecer aparelho telefônico, de rádio ou parecido, que permita a comunicação com outros presos ou com o ambiente externo (ex.: telefone celular).

Só o juiz pode aplicar as faltas graves. Mas as faltas médias e leves podem ser aplicadas pelo diretor da prisão na qual você cumpre pena.

SANÇÕES DISCIPLINARES - É o que será aplicado se você cometer falta. Podem ser a advertência verbal, a repreensão, a suspensão ou restrição de direitos, o isolamento na própria cela ou na solitária e, o mais grave, a inclusão no Regime Disciplinar Diferenciado.

REVOGAR - É anular, retirar, cancelar. Geralmente, ao cometer faltas disciplinares, alguns benefícios podem ser revogados.

LOTAÇÃO CARCERÁRIA - É a quantidade de pessoas que ocupam a unidade prisional, em relação a quantidade de pessoas que a unidade prisional tem capacidade de receber.

Fontes de informação deste guia

Conselho Nacional de Justiça. **Cartilha da Mulher Presa**. 2012. Disponível em: https://www.cnj.jus.br/wp-content/uploads/2011/11/cartilha_da_mulher_presa_1_portugues_4.pdf. Acesso em: 17 out. 2021.

Secretaria de Estado de Administração. **Penitenciária Feminina do Distrito Federal - PFDF**. 2021. Disponível em: <https://seape.df.gov.br/pfdf/>. Acesso em: 17 out. 2021.

Secretaria de Desenvolvimento. **Centro De Referência De Assistência Social - Cras**. 2021. Disponível em: <https://www.sedes.df.gov.br/cras/>. Acesso em: 17 out. 2021.

Tribunal de Justiça do Distrito Federal e dos Territórios. **Direitos assegurados ao preso**. 2019. Disponível em: <https://www.tjdft.jus.br/consultas/jurisprudencia/jurisprudencia-em-temas/direito-constitucional/direitos-assegurados-a-pessoa-presa-assistencias-familiar-material-a-saude-juridica-educacional-e-religiosa>. Acesso em: 20 out. 2021.

MÃES EM CÁRCERE. São Paulo: Edepe - Escola da Defensoria Pública do Estado de São Paulo, v. 1, 2017. Disponível em: https://www.defensoria.sp.def.br/dpesp/repositorio/0/Maes_em_carcere_v2.pdf. Acesso em: 22 out. 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. **Diretrizes para a detecção precoce do câncer de mama no Brasil.** Rio de Janeiro: INCA, 2015. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/livros/diretrizes-para-deteccao-precoce-do-cancer-de-mama-no-brasil>. Acesso em: 23 out. 2021.



