

Introdução	9
I. Ensaio sobre a crueldade	13
II. Salto atrás no tempo	17
III. Dos telemóveis às drogas	25
IV. Às armas!	31
V. Salve-se quem puder... ou quiser	43
VI. Os ratos da prisão de Lisboa	47
VII. Das rotinas às fugas	57
VIII. Sexo, afetos e a vida além das grades	65
Anexo 1	75
Anexo 2	79