

# **Mostrando planos de governo e citando câmara corporal, candidatos das capitais prometem aumentar a guarda.**

**1 em cada 3 candidatos que disputam as eleições cita o aumento no número de GCMS, principalmente via concurso.**

Segundo levantamento do G1, um em cada três dos 192 candidatos a prefeito das capitais, se comprometem, em suas propostas de governo a aumentar as guardas civis.

Porém, todos os candidatos devem submeter documentos à Justiça Eleitoral, disponíveis no site do TSE, Tribunal Superior Eleitoral.

O site G1 Baixou todas as disponíveis no dia 09/09, num total de 189 documentos, e os fez passar sob uma análise sobre o que eles diziam sobre as guardas civis, citadas em 148 dessas propostas.

Abaixo um resumo do levantamento feito pelo G1, com links que direcionam para leituras sobre cada ponto

[65 citam treinamento, capacitação ou formação dos agentes;](#)

[68 preveem ampliar a guarda, sobretudo via concurso \(aparece em 24 delas\);](#)

- [46 mencionam mencionam aquisição de equipamentos para eles;](#)

[11 defendem o uso de câmeras corporais.](#)

- [35 prometem comprar armas ou armamentos;](#)

## **Municípios têm ampliado investimento em guardas civis**

Uma característica marcanteda chamada GCMS é que a sua função primordial é proteger os bens públicos, como parques e escolas. Mas eles também têm como atribuição fazer abordagens de supeitos e revistá-los no caso de confirmação.

Um estudo do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP), revelou que o número de cidade com GCMS tem crescido, . E mostrou também que houve uma queda no número de policiais militares em cerca de -7%. o que acontece é que os municípios têm aumentado os seus gastors com segurança pública em cerca de 32%, uma

atribuição que pelo menos em tese seria dos governos estaduais. O que se sabe até então é que tem crescido em 23%, entre 2019 e 2022, o número de cidades com guarda civil.

Mas para Reinaldo da Siva, Presidente da Associação Nacional dos Guardas Municipais do Brasil (AGM), o que há mesmo é uma baixa compreensão do verdadeiro papel do município no que diz respeito à segurança pública, ressalta.

É como política de segurança que os candidatos usam a guarda civil, como se fosse a política de segurança pública.. Cuida, da compra de armas, equipamentos de segurança, aumentam o efetivo, se encarregam se comprar mais viaturas. É por meio dessa prática que eles buscam atingir um objetivo nessa área.

Para se ter uma ideia do tamanho do problema, a proteção das escolas é feita por meio de uma ronda nas escolas, um guarda na porta de cada escola, ou mesmo contratar um vigilante. Quando as medidas mais corretas deveriam ser ter um maior envolvimento dos professores, mães, pais, inspetores e funcionários da escola, como meio de evitar a violência antes que ela aconteça.

### **O que os candidatos dizem a respeito das propostas sobre as guardas civis**

A reportagem analisou o que as propostas relativas às guardas municipais citavam sobre 4 temas, divididos em 10 termos:

\*Contratação de pessoal: concurso, efetivo e confocação, 3 candidatos estão ligados;

\*Treinar agentes: formação e capacitação + treinamento, 3 candidatos estão relacionados a isso;

\*Armas, equipamento e armamento, 3 candidatos estão relacionados;

\*Câmera corporal, incluindo a variação de câmeras nos uniformes, 1 candidato está relacionado.

### **Contratação de mais efetivo**

Em 47 das 192 propostas aparece a realização de concurso público como a principal medida (¼ do total). 2 candidatos preferem a convocação de pessoas já aprovadas em concursos públicos. E outras 24 preferem o aumento do efetivo, porém sem especificar como.

Cuiabá (MT), Rio Branco (AC) e Porto Velho (RO) são as únicas das 26 capitais em que nenhum candidato cita a realização de concurso público para aumento do efetivo.

A citação de novos guardas aparece apenas em algumas siglas específicas, como PDT, Avante, Mobiliza, MDB, Novo, PMB, PL, Podemos, PRD< PP< PSB< PRTB< PSD< PSB< PSOL< PSDB< PT< PSTU< Republicanos, PV, Solidariedade, União Brasil e UP.

### **Treinamento, capacitação e formação dos guardas civis**

A qualificação dos profissionais também é mencionada pelos candidatos, bem como a contratação de guardas. Das 189 propostas de governo, 28 citam treinamento, 17 formação, 10 capacitação, o que dá um total de 65 planos, cerca de 34%.

Palmas (TO) e Rio Branco (AC), foram as únicas capitais que não prometeram treinar, capacitar ou formar os guardas.

Mas algumas siglas também defendem o treinamento dos guardas, entre elas, o Cidadania, o Mobiliza, o Avante, MDB, Novo, PDT, Podemos, PL, PMB, PRD, PP, PSB, PRTB, PSOL, PSDB, PT, Republicanos, União Brasil, Solidariedade e UP.

### **Equipamentos e armas**

Propostas para melhorar ou comprar equipamento, como viaturas ou uniformes para a tropa, estão presentes em 46 candidaturas (24%). Armas ou armamentos são citados em 29 planos.

46 candidaturas defendem a melhora ou a compra de equipamentos, como uniformes e viaturas novas, são cerca de 24% das cadeiras. São citados em 29 planos armas ou armamentos.

Ao menos 1 candidato em 19 capitais, das 26, cita armas ou armamentos para guardas. Porto Velho (RO), Belém (PA), Florianópolis (SC), Porto Alegre (RS) e Natal (RN) são as exceções.

### **Câmeras corporais**

(Das 189 propostas, em 11 aparecem a implementação das câmeras corporais de 7 candidatos: Cuiabá (MT), Aracaju (SE), Porto Alegre (RS), Curitiba (PR), Salvador (BA), Vitória (ES) e São Paulo (SP). São 6% do total de planos

Candidatos do Mobiliza, MDB, PSOL< PSDB< PT< PSTU e União Brasil, já defendem a medida com pelo menos 1 candidato.

(Um número bastante peculiar é o fato de que desde a implementação de câmeras corporais, o número de mortes causadas pela polícia de São Paulo atingiu, em 2022, o número bem menor do que o de 2017, conforme apurou o Fórum Brasileiro de Segurança Pública, com uma significativa redução em 80% das vítimas.

Entre julho de 2021 e julho de 2022 104 mortes foram evitadas graças ao uso da adoção das câmeras, conforme apurou um levantamento da Fundação Getúlio Vargas FGV)

Foi em maio, que o governo federal baixou uma portaria para determinar o uso de câmeras corporais por parte de agentes de segurança, através de um repasse de recursos aos governos que aumentassem o uso do monitoramento.

Além disso, o uso de força é reduzido expressivamente quando as câmeras corporais são adotadas pela polícia, segundo o Ministério da Justiça, em estudos nacionais e internacionais mais recentes. Variam entre 25% de redução as estimativas (num contexto dos Estados Unidos, em pesquisa realizada em 2022) a 61 % (num contexto de Santa Catarina).

Vê como positivo, o Conselheiro do Fórum Brasileiro de Segurança, Eduardo Pazinato, o uso de câmeras corporais pelos guardas civis.

É mais um instrumento que acompanha o avanço tecnológico e que auxilia no controle da integridade do uso da força. A Câmera corporal não torna e não transforma a guarda civil municipal numa mini PM. Pelo contrário robustece o papel de autonomia, civil, preventivo e de policiamento de proximidade da guarda.

# Quiche Lorraine: da original cozinha francesa para o Brasil

A **quiche lorraine** é um clássico da cozinha francesa. Diretamente das belas paragens da região da Lorena, no nordeste da França, ela surge preparada como uma bela torta de queijo salgada.

Além disso, o prato mistura bacon, ovos, nata, noz moscada e pimenta do reino. No entanto, como é comum em vários pratos ao redor do mundo, hoje ela pode ser preparada com o ingrediente que estiver mais à mão.

## INGREDIENTES PARA 12 PORÇÕES

- 300 g de manteiga gelada em cubos
- 4 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 2 colher (chá) de sal
- 10 colheres (sopa) de água gelada

## MODO DE PREPARO DA QUICHE LORRAINE

1. O objetivo primordial aqui é produzir uma espécie de farofa. Para isso, mistura a farinha e o sal numa tigela e acrescente a manteiga, amassando levemente até atingir a consistência indicada.
2. Aqui também o ideal é produzir a massa um dia antes. E para produzi-la, faça primeiro uma bola e achate até formar um disco, que será aberto posteriormente.
  1. De resto, enrole a massa em papel filme e guarde na geladeira por no máximo 1 hora.

## MONTAGEM E RECHEIO

### INGREDIENTES

- 240 ml de creme de leite fresco;
- rale um pouco de noz-moscada;
- Utilize 4 ovos;
- 120g de bacon em cubinhos;
- Pimenta-do-reino moída e sal a gosto;
- 180 gramas de queijo gruyère ralado e grosso;
- Utilize farinha de trigo para polvilhar a bancada.

### MODO DE PREPARO

1. Para preparar o seu **quiche lorraine**, o forno deve ser preaquecido a 200 graus Celsius e a forma deverá ter um fundo removível com 25 cm de diâmetro;
2. A massa que você retirou da geladeira deverá ser disposta numa bancada com a farinha. Logo após, polvilhe farinha sobre a massa e a distenda até que ela atinja 6 cm a mais que o diâmetro da forma;
3. Do mesmo modo, você deverá estender toda a massa na forma, apertando com as pontas dos dedos para que todo o fundo e laterais seja preenchida. Logo após, deixe a massa descansar por 10 minutos durante o preaquecimento do forno;
4. Deixe a massa assar durante meia hora, enquanto isso vá preparando o recheio;
5. Agora é hora de juntar ao seu quiche lorraine os ovo com o creme de leite. Bata com aquele antigo batedor de arame (se tiver). Logo após, acrescente a noz-moscada, o sal e a pimenta-do-reino;
6. O próximo passo é fritar o bacon por 3 minutos, até que fique fourado
7. Agora é a vez do recheio. Para tal, retire a massa do forno, diminua-o para 180 graus.
8. Para finalizar, leve a sua **quiche lorraine** de volta ao forno por mais meia hora, até que ele cresça e fique com um dourado característico e sirva com uma bela salada.

## Dúvidas frequentes

### PODE SUBSTITUIR ALGUNS INGREDIENTES?

O mais indicado é substituir apenas o creme de leite fresco pelo de lata com soro misturado a 120 ml de leite;

### POSSO CONGELAR O MEU QUICHE LORRAINE?

Você pode congelá-lo no freezer ou congelador. Para tal, basta deixá-lo primeiramente esfriar, enrole em um filme plástico;

Para descongelar, basta preaquecer o forno a 180 graus Celsius, colocar a quiche sem o papel filme em uma assadeira e deixar por 20 minutos. Lembrando que a **quiche lorraine** pode ficar até 90 dias no freezer ou congelador;

### QUAL A DIFERENÇA ENTRE QUICHE E EMPADA?

Basicamente, a diferença está na massa. Por ser feita apenas com farinha de trigo e manteiga, a empada é mais grossa. Diferentemente, a **quiche lorraine** recebe ovos, e por isso é mais leve, sem contar que a quiche é preassada antes do recheio, diferentemente da empada.

## Conclusão

A **quiche lorraine** é basicamente um prato principal, geralmente servido quente. Mas ela também pode ser utilizada como entrada em coquetéis, por exemplo.

Em suma, a palavra “quiche” é um aportuguesamento da palavra “kuchen”, que significa torta. Basicamente, é uma torta salgada, das mais apreciadas na França, e que no Brasil bem ganhando cada vez mais adeptos.

Gostou desse artigo? Em caso positivo não hesite em deixar um comentário logo abaixo. E continue aproveitando as nossas publicações.

# Cientistas descobrem que o medo tem local de armazenamento no cérebro

Isso mesmo, o medo, esse sentimento que costuma ser paralisante na vida das pessoas, tem local específico de armazenamento no cérebro.

De acordo com um estudo publicado na revista *Nature Neuroscience*, existe um local no cérebro onde ficam armazenadas as memórias de medo e de traumas passados. Em suma, o que os cientistas descobriram é que uma parte proeminente do cérebro é responsável por armazená-los. A partir de um mapeamento, eles descobriram uma espécie de consolidação física de tais sentimentos, que permanecem ali, prontas para ressurgirem novamente.

Na prática, esse armazenamento é o que nos leva à ansiedade por conta da lembranças de experiências ruins. Logo, um dos objetivos dos pesquisadores é justamente encontrar uma maneira de fazer com que tais sentimentos simplesmente desapareçam desses locais de armazenamento.

De resto, o que se sabe é que, para chegar a essa conclusão, os cientistas realizaram uma série de testes com camundongos. Esses camundongos foram adaptados com células nervosas que, durante uma resposta de medo, são facilmente identificadas.

## Mas como o medo fica armazenado na memória?

Resumidamente, testes com base em choques elétricos foram capazes de criar uma sensação de medo nos camundongos. E o curioso é que sempre que eles voltavam ao local onde receberam os choques, de imediato o medo se apoderava deles e se alojava em um lugar específico no cérebro.

Na prática, esse local de armazenamento foi identificado como *córtex pré-frontal* (PFC). Foi exatamente ali que se notou uma maior tendência a que conexões se reforçassem dentro de um grupo de neurônios na memória. Trata-se de uma área também conhecida por ser responsável pela tomada de decisões e atitudes cognitivas. Como conclusão do teste, os pesquisadores cortaram esses neurônios de memória do medo. E o resultado foi que os camundongos demonstraram-se incapazes de relembrarem-se de medos antigos, ficando apenas com os traumas mais recentes.

## É o fim do medo?

Em suma, o experimento acabou por comprovar também outras descobertas mais antigas. Uma delas é a de que a redução dos níveis da proteína PRDM2 pode contribuir para que o medo surja.

Ademais, comprovou a existência de neurônios responsáveis pelo medo. Ou seja, os que se utilizam de um peptídeo relacionado ao gene calcitonina (CGRP) é que desempenham um papel importante para esse tipo de sentimento

No mais, o que os cientistas agora pretendem fazer é impedir que o cérebro acumule um sem número de medos relacionados a eventos distantes. De fato, o que já seria

uma ajuda e tanto, principalmente em tempos de ansiedades, síndromes do pânico, fobias e depressão.

E, então, gostou desse artigo? Vamos lá, incentive outras produções semelhantes adquirindo um dos ebooks abaixo. Você terá uma das melhores experiências de leitura da sua vida, e ainda nos ajudará a continuar produzindo (com amor) novos e melhores conteúdos sobre estes e outros assuntos.

Cientistas descobrem o mais novo segredo do leite materno. Leia até o final.

O nome é complicado mesmo, **oligossacarídeos**. Mas, apesar disso, no **leite materno**, tem uma função das mais nobres para o organismo dos bebês.

Em suma, trata-se de uma molécula de açúcar que tem como principal função protegê-los de infecções. Ademais, ela junta-se aos outros nutrientes para fazer do leite materno o alimento mais importante nesses primeiros estágios de desenvolvimento de uma criança.

Em suma, o **leite materno** contém doses ideais de água açúcar, proteínas, gorduras, entre outras substâncias. Segundo Bruce German, pesquisador do Departamento de Ciências e Tecnologia Alimentícia da Universidade da Califórnia, em Davis, nos Estados Unidos, ele é simplesmente tudo de que o bebê precisa nutricionalmente nos seus primeiros meses de vida.

Mas como uma curiosidade, agora se sabe que o leite também é composto de grande quantidade de **oligossacarídeos complexos**. Trata-se de uma espécie de **molécula de açúcar** que os bebês não têm a capacidade de digerir. E é justamente aí que está a ironia. Por que cargas d'água a natureza iria munir o **leite materno** com uma substância não digerível?

### Eis a novidade na composição do leite materno

Resumidamente, o que os cientistas descobriram é que essas moléculas complexas de **oligossacarídeos** não são digeridas pelos bebês. Ou seja, na composição do **leite materno** existe uma molécula que os bebês não digerem. No entanto, ela está lá, presente no leite, como um verdadeiro mistério (até então) para a ciência mais uma vez tentar desvendar.

Obviamente, esse deveria ser mais um desafio e tanto a ser colocado nas mãos dela. E coube a German, juntamente com a sua equipe, descobrir que esses **oligossacarídeos**, na verdade, alimentam outros seres no intestino da crianças: bactérias.

Isso mesmo! Em suma, o que ocorre é que o **leite materno** acaba produzindo um verdadeiro exército destas moléculas, não para os bebês, e sim para as **bactérias dos seus intestinos**. Sem dúvida, uma destas singularidades que só poderíamos encontrar mesmo é nesse sempre surpreendente universo da biologia humana.

Para resumir, o que acontece é que bactérias denominadas bifidobacterium infantis (bactérias boas) só se alimentam destes **oligossacarídeos**. E um intestino repleto destas bactérias é o principal aliado dos bebês contra infecções por outras bactérias patogênicas.

Ou seja, o **leite materno** é responsável por munir o intestino das crianças com bactérias boas. Ou seja, temos aqui uma outra razão para fazer com que ele seja um dos principais alimentos dos bebês até os 2 anos de idade. Desse modo, você garante que o seu filho irá crescer, de fato, abastecido com tudo de que é preciso para um organismo forte, completo e saudável.

Gostou desse artigo? Caso queira incentivar outras produções semelhantes, considere adquirir o ebook abaixo e nos ajude a continuar produzindo novos e melhores conteúdos sobre estes e outros assuntos.