

— F —

FADIGA

Exaustão, cansaço resultante de esforço continuado. Fadiga de equipamento: limitação sofrida pelo equipamento, em consequência da ultrapassagem de seu prazo de vida útil.

FAGULHA

Partícula que se desprende de matéria em combustão. Descarga elétrica, disruptiva num dielétrico.

FAIXA DE LONA

Equipamento auxiliar para permitir que o bombeiro permaneça suspenso em cordas, por tempo prolongado. Possui 10 cm de largura por mais de 120 cm de comprimento; apresenta, nas extremidades, anéis de grande resistência em que se fixa um mosquetão de alpinismo.

FALHA

1. Plano de separação que se forma entre blocos de uma camada rochosa, em consequência do seu deslocamento e de movimentos tectônicos. 2. Condição de um componente, equipamento ou sistema, em que a intenção do projeto não foi satisfeita (análise de riscos).

FALHA DE CAUSA COMUM

Falhas simultâneas em dois ou mais componentes, como resultado de uma única causa.

FALHA GEOLÓGICA

Fratura nas rochas da crosta terrestre, ao longo das quais os blocos contíguos se movimentaram. A amplitude desse movimento pode variar de milímetros até centenas de metros. Terremotos catastróficos têm ocorrido nas zonas de domínio de grandes falhas geológicas ativas, como, por exemplo, na região da Califórnia (USA), associados à falha de San Andreas.

FATOR DE CONSUMO

Para fins de planejamento logístico, a qualidade média de consumo de um item de suprimento, durante determinado intervalo de tempo.

FATOR DE REPOSIÇÃO

Para fins de planejamento logístico, coeficiente que, multiplicado pela quantidade total de um item de suprimento de duração indeterminada, fornece a quantidade desse item, necessária a recompletá-lo durante um certo período de tempo.

FATOR OXIGÊNIO

Fogo eliminável por abafamento, pela interposição do agente extintor, isolando o corpo combustível da fonte de oxigênio ou comburente.

FATORES DE REDUÇÃO DE RISCO

Medidas de segurança complementares, além daquelas normalmente exigidas em qualquer planta de edificação ou indústria, que podem ser utilizadas para: **1)** minimizar a expansão de uma área de danos, quando da ocorrência de um acidente; **2)** reduzir a probabilidade ou magnitude de um acidente.

FAUNA

Conjunto de todos as espécies animais de um área ou de um determinado período geológico.

FEBRE AMARELA — (CID 060)

Arbovirose (virose transmitida por artrópodes) bastante grave (letalidade inferior a 5% nas populações autóctones, que pode alcançar 50% em epidemias e em pessoas não autóctones). Quadro semelhante ao do dengue (febre e muita dor), pode evoluir para hemorragia e subicterícia, que aumenta nas formas graves terminais. Há duas espécies, em função da distribuição: urbana, normalmente transmitida pelo *Aedes aegypti*, e silvestre, por mosquito silvestre (*Haemagogus* na Amazônia). A vacina proporciona proteção por 10 anos. Nas cidades, o controle do *aedes* é também indicado.

FEBRE PARATIFÓIDE — (CID 002.9)

Produzida pelo *Salmonella paratyphi*, é clinicamente semelhante à febre tifóide, porém de letalidade mais baixa. Possui as mesmas características epidemiológicas da primeira.

FEBRE TIFÓIDE (CID 002.0)

Grave doença infecciosa do trato intestinal, transmitida por contaminação fecal. O agente infeccioso é um bacilo (*Salmonella typhi*). O quadro clínico típico caracteriza-se por febre contínua, dor de cabeça, mal-estar, frequência cardíaca baixa, sintomas intestinais (constipação ou diarreia) — manchas róseas no tronco, tosse sem catarro (não produtiva) — comprometimento do baço (esplenomegalia ou crescimento) e de órgãos linfáticos. O diagnóstico é confirmado por isolamento ou cultura de sangue, fezes ou urina e, a partir da segunda semana, por reação sorológica. Ocorre em países subdesenvolvidos, e podem ocorrer surtos em circunstâncias de desastre. A vacinação em massa é contra-indicada.

FEIJÃO-MACASSAR

Tipo de feijão da espécie *Vigna unguiculata* (L) Walp. , muito utilizado na alimentação humana, nas regiões Norte e Nordeste do Brasil. Constitui a base alimentar das populações rural e urbana de baixo poder aquisitivo do Nordeste. É também conhecido pelos nomes de feijão-de-corda, feijão-vigna, feijão-caupi e outros.

FENAÇÃO

Processo de secagem, pelo sol, da forragem verde para a formação do feno.

FICHA DE TRIAGEM E EVACUAÇÃO

Ficha padronizada que se fixa ao ferido, em que se registram dados sobre identificação, lesões, prognóstico, conduta e tratamento emergencial, prioridade de atendimento e evacuação. Quando for o caso, registra-se contra-indicação de transporte que possa agravar sua situação.

FIGO-DA-ÍNDIA

Fruto comestível, do tipo baga, mais ou menos ovóide, de 6 a 10 centímetros de comprimento por 4 a 7 centímetros de largura, produzido por várias espécies de cactáceas do gênero *Opuntia*, de grande aceitação internacional. Pode ser consumido *in natura* ou industrializado na forma de suco, doce, mel, geléia, licor, vinho e aguardente. Nos países de língua espanhola, é conhecido pelo nome de *tuna*. No Semi-Árido nordestino é cultivada com finalidade forrageira a espécie *Opuntia ficus*, que poderia ser também utilizada na produção de frutos para o consumo humano e até para exportação.

FISSÃO NUCLEAR

Desintegração de um núcleo atômico em dois núcleos menores. Normalmente é precedida pela captura de um nêutron (partícula atômica com peso, mas sem carga elétrica).

FISSURA

Rachadura externa, quebra ou fratura no solo ou em rochas. Descontinuidade no maciço rochoso.

FIXAÇÃO SIMBIÓTICA DO NITROGÊNIO

Mecanismo de captação e aproveitamento do nitrogênio molecular atmosférico, que se processa em estruturas radiculares denominadas nódulos, formados como resultado da associação simbiótica entre bactérias do gênero *Rhizobium* e raízes de plantas da família das leguminosas.

FLAGELADO

Pessoa vitimada por evento adverso, que, mesmo após cessada a calamidade, não apresenta condições de retorno à normalidade sem apoio e auxílio da comunidade ou de órgãos governamentais.

FLORA

Conjunto das espécies de plantas de uma região ou de um período geológico.

FLUXO DE BASE

Fluxo que os rios mantêm durante os períodos interchuvas, proveniente das descargas dos aquíferos.

FLUXO DE SUPRIMENTO

Dinâmica dos suprimentos em circulação, desde as fontes de origem, até seu emprego ao longo do processo de suprimento.

FOGO

Processo químico de transformação de materiais combustíveis e inflamáveis. Quando o combustível é sólido, inicialmente é gaseificado para se combinar ao comburente oxigênio que, ativado por uma fonte de calor, dá início a uma reação química em cadeia, gerando mais calor e alimentando a combustão.

FOGO ABERTO

Aquele que queima para fora, envolvendo a edificação com a fumaça aquecida e com gases em combustão.

FOGO CONFINADO

Aquele que queima em recinto fechado.

FOGO DE ENCONTRO

Queima proposital de mata (floresta), partindo de uma determinada linha de aceiro, à frente ou nos flancos de um incêndio de rápida propagação, buscando deter o fogo principal por ausência de material combustível.

FOME

Desastre provocado por carência de alimentos, afetando grande número de pessoas. Pode ocorrer como um desastre secundário, por ocasião de secas intensas, pragas de insetos (gafanhotos), conflitos sociais, guerras de desgastes e outros. Em países subdesenvolvidos, os grupos de crianças, idosos e enfermos são mais vulneráveis a esses desastres.

FONTE

Ocorrência de água subterrânea, quando esta aflora à superfície; nascente.

FONTE DE CONTAMINAÇÃO

Agente da cadeia de transmissão que atua indiretamente, a exemplo da fossa que contamina a água de abastecimento ou do cozinheiro que contamina uma salada.

FONTE DE INFECÇÃO

Pessoa, animal, objeto ou substância através da qual o agente infeccioso passa diretamente a um hospedeiro.

FORÇA AÉREA

1. Componente militar do poder aéreo. 2. Grande Comando da Aeronáutica, destinado ao emprego em operação de guerra, existindo desde os tempos de paz e constituído de uma Unidade de Comando — o Comando da Força Aérea — e de Unidades Aéreas Subordinadas, estas integrando meios aéreos de idêntica missão.

FORÇA ARMADA

Expressão que designa uma das organizações singulares que compõem as Forças Militares de uma nação.

FORÇA FLUVIAL

Grupamento de navios de combate de pequeno porte, podendo incluir navios auxiliares, destinados a realizar operações de guerra em rios, lagos ou lagoas.

FORÇA SINGULAR

Designação genérica de uma das Forças Armadas (Marinha, Exército e Aeronáutica).

FORÇAS PARAMILITARES

Forças distintas das Forças Armadas regulares, mas semelhantes em organização, equipamento, treinamento ou missão.

FOSSA SÉPTICA

Unidade de sedimentação e digestão, com fluxo horizontal, destinada ao tratamento dos esgotos.

FRATURA

1. Ruptura ou solução de continuidade de um osso ou cartilagem. **2.** Superfície que se obtém pela ruptura de um mineral ou rocha, numa direção diferente da/de clivagem.

FRATURA ABERTA OU EXPOSTA

Fratura acompanhada de ferimento de pele e tecidos moles, de tal forma que comunica o exterior com o foco de fratura. Há maior risco de infecção.

FRATURA COMINUTIVA

Quando um osso apresenta numerosos fragmentos e focos de fratura. Ocorre estilhaçamento ósseo.

FRATURA SIMPLES OU FECHADA

Fratura sem solução de continuidade de pele. O foco da fratura não está em contacto com o exterior.

FREÁTICO

1. Aquífero cuja superfície superior da zona saturada se encontra sob pressão atmosférica; aquífero livre. 2. Lençol de água, subterrâneo, que se forma em profundidade relativamente pequena, sobre uma camada de terreno impermeável.

FRENTE

Em meteorologia, zona de transição separando duas massas de ar de diferentes densidades/temperatura.

FRENTE FRIA

1. Deslocamento da superfície frontal de uma massa fria, sobre o território ocupado pela massa quente, em razão da maior intensidade da primeira. 2. Limite anterior da massa de ar frio ou a interface entre essa massa de ar e outra de ar quente, a qual se apresenta em forma de cunha. As massas de ar de origem polar, ao se deslocarem, elevam o gradiente de pressão ao nível da superfície, fornecendo a energia necessária ao deslocamento dessas frentes. Quando as mesmas estacionam em regiões de clima quente, as massas de ar frio provocam a queda da temperatura local.

FRENTE FRIA ESTACIONÁRIA

O ar tropical que se opunha ao avanço da massa polar intensificou-se, de modo a estabelecer equilíbrio de pressão e densidade. Caso o ar tropical se intensifique mais que o polar, com densidade média e pressões maiores, passará a empurrá-lo pouco a pouco e a frente fria, que, até então, tornara-se estacionária, começa a recuar lentamente, sob a forma de “frente quente”.

FRENTE QUENTE

Deslocamento da superfície frontal de uma massa quente sobre o território ocupado pela massa fria.

FREQÜÊNCIA DE CHEIAS

Número médio de vezes que ocorrerá uma cheia de determinada grandeza, durante anos.

FULGURAÇÃO

Clarão produzido por descarga elétrica na atmosfera, quando não acompanhada de estampido. Perturbação causada em um organismo vivo por raio ou descarga elétrica.

FUMAÇA

Formação gasosa de partícula de carbono, resultante de combustão incompleta, em concentração suficiente para se tornar visível. A partícula de fumaça tem diâmetro normalmente inferior a 0,5 micra.

FUMAR

Ato de aspirar o fumo ou tabaco, resultante da queima de cigarro, charuto ou cachimbo. É hábito extremamente nocivo à saúde, que deve ser combatido pelos serviços de saúde pública. O hábito de fumar aumenta a incidência de câncer de pulmão (carcinoma broncogênico), de doenças respiratórias crônicas, de arteroesclerose e de inúmeras outras patologias graves. Também contribui para diminuir a elasticidade da pele e reduzir a libido sexual.

FUMIGAÇÃO

Processo de destruição de animais (artrópodes ou roedores), mediante o uso de substância gasosa.

FUMO

Partícula sólida, gerada pela condensação do estado gasoso, geralmente após a volatilização proveniente de metais fundidos etc., freqüentemente acompanhada por reação química, como a oxidação. Os fumos floculam e algumas vezes se aglutinam. Aerodispersóide sólido, formado por condensação de vapores gerados em diversos processos a quente, como solda elétrica, fusão de metais etc.

FUNDAÇÃO

1. Alicerce. 2. Infra-estrutura. Parte de uma estrutura que serve exclusivamente para transmitir o peso da estrutura ao solo natural. Os principais elementos estruturais da fundação são: vigas baldrame, tubulões, sapatas, blocos sobre estacas. Para a escolha do tipo de fundação, é necessário e fundamental o conhecimento das características de solo onde ela vai acomodar-se e também dos carregamentos que serão transferidos pelos elementos da fundação ao solo. **Fundação direta rasa.** É caracterizada como rasa quando está assentada a uma profundidade considerada como pequena em relação a sua maior dimensão (profundidade de 1,50 a 3,00m). Os principais tipos são: blocos, sapatas e radier. **Fundação direta profunda.** É caracterizada como profunda quando está assentada a uma profundidade considerada apreciável em relação a sua maior dimensão (além de 6,00m). Os principais tipos são: tubulões, caixões e estacas.

FURACÃO

Violenta tempestade, associada a um ciclone tropical, que pode medir centenas de quilômetros de diâmetro. Os ventos próximos ao centro de um furacão sopram em velocidade que podem ultrapassar 120 km/h.

FUSÃO NUCLEAR

União de dois núcleos atômicos leves, para formar um outro mais pesado e complexo. Durante a reação, há liberação de grande quantidade de energia.

FUSÍVEL

Dispositivo que protege os circuitos elétricos contra danos causados por sobrecarga de corrente elétrica.

— G —

GABIÃO

Dispositivo constituído por fragmentos ou blocos de rocha envoltos por tela de arame ou outro material, utilizado como revestimento, sustentação ou dreno, com a finalidade, entre outras, de proteção contra erosão e de contenção de taludes, aterros, margem de rios e canais.

GADANHO

Ferramenta de sapa, construída de ferro, com 3 a 4 dentes e cabo de madeira, empregada em trabalhos de remoção de entulho.

GAIOLA

Caixa de arame telado, utilizada para a guarda e transporte de animais de pequeno e médio portes capturados em operações de salvamento.

GANGORRA

Método de respiração artificial (*roching ressucitation*) que consiste em colocar o paciente sobre uma tábua em movimento ritmado de gangorra, por 10 a 15 minutos. Busca-se comprimir o diafragma em função do peso das vísceras abdominais e, dessa forma, comprimir e expandir os pulmões.

GÁS

Fluido aeriforme. Toma a forma do espaço onde está confinado e pode mudar para o estado líquido ou sólido por perda de temperatura ou aumento de pressão.

GÁS LIQUEFEITO DE PETRÓLEO

Hidrocarboreto leve, essencialmente uma mistura de propano, butano e etano, gasoso à pressão atmosférica, mas que passa facilmente ao estado líquido, com ligeiro aumento de pressão, facilitando seu armazenamento e transporte.

GEADA

1. Depósito de gelo de aspecto cristalino, geralmente com forma de escamas, agulhas, plumas ou leque, produzido de maneira análoga ao orvalho, mas à temperatura inferior a 0^o C. 2. Orvalho congelado.

GELEIRA

Grande massa de gelo formada nas regiões em que a queda de neve suplanta o seu degelo. Os dois tipos principais de geleira são: o alpino ou de vale e o continental ou *island*.

GEODÉSIA

Ciência geográfica e matemática que se ocupa do estudo da forma e da grandeza da Terra ou de parte de sua superfície. **Topografia**. Arte de apresentar no papel a configuração de uma porção do terreno com todos os acidentes e construções situadas na sua superfície.

GEODINÂMICA

Parte da Geologia Física que estuda as diferentes transformações por que passa o relevo, devido ao trabalho realizado pelos agentes geológicos exodinâmicos.

GEOFÍSICA

Ramo das Geociências que estuda os fenômenos físicos (gravidade, magnetismo, sismicidade etc.) que afetam a Terra.

GEOLOGIA

Ciência que estuda o planeta Terra, a disposição dos materiais que o compõem e todos os fenômenos que nele operam até chegar ao seu estado atual.

GEOLOGIA DE ENGENHARIA

Aplicação dos conhecimentos do meio físico geológico, através das denominadas Ciências da Terra, em suas relações com as obras de engenharia, nas fases de sua concepção, realização, projeto, construção, operação e manutenção.

GEOMORFOLOGIA

Ciência que estuda as formas de relevo do solo, baseando-se na origem, estrutura e natureza das rochas, no clima da região e nos fatores que atuam na constituição do relevo terrestre.

GEOQUÍMICA

Ramo das Geociências que estuda a ocorrência e a transformação das substâncias químicas das rochas.

GEOTECTÔNICA

Subdivisão da Geologia que estuda a movimentação das camadas, por efeito de forças endógenas, e o dinamismo das forças que atuam na movimentação dessas camadas.

GESTÃO DOS RECURSOS NATURAIS

Administração judiciosa dos recursos, de forma a garantir o equilíbrio dos processos de utilização, conservação e renovação, com o mínimo de poluição ou degradação ambiental e redução dos riscos de ocorrência ou de agravamento de desastres.

GONORRÉIA — (CID 0. 98)

Infecção gonocócica. Doença infecciosa sexualmente transmissível, produzida por uma bactéria — o gonococo — (*Neisseria gonorrhoeae*). Atinge o tecido epitelial colunar de transição (simimembranas). Inicia-se como uma uretrite no homem e endocervicite na mulher. Pode evoluir para quadros mais complexos. De distribuição mundial, tende a crescer em situações de queda dos padrões de higiene e estímulo ao relacionamento promíscuo.

GORNE

Abertura dos moitões, onde se encaixam as cordas.

GRADIENTE

1. Relação (quociente) entre a diferença de altitude entre dois pontos e a distância entre eles, expressa em termos de fração ou de porcentagem. 2. Diferença de pressão atmosférica entre dois lugares, expressa em milímetros. 3. Mudança no valor de um elemento meteorológico, por unidade de distância. 4. Queda do nível de um curso d'água, por unidade de distância (geralmente o quilômetro).

GRAMÍNEA

Família de plantas da classe das monocotiledôneas, que apresenta caule do tipo colmo (nós salientes). É uma das famílias de plantas superiores que apresenta grande número de espécies de ampla distribuição geográfica,

sendo cultivada em praticamente todos os países do mundo. Grande é o número de espécies de valor econômico, destacando-se o trigo, milho, arroz, cevada, aveia, sorgo, cana-de-açúcar e as gramíneas forrageiras.

GRANIZO

1. Precipitação sólida de grânulos de gelo, transparentes ou translúcidos, de forma esférica ou irregular, raramente cônica, de diâmetro igual ou superior a 5 mm. 2. Precipitação de pequenas pedras de gelo, com diâmetro de 5 a 50 mm, e, às vezes maiores, caindo isoladamente ou em massas irregulares.

GRANJA API-PISCI-AGRO-FRUTI-SILVI-PASTORIL

(*Api* = apicultura, *pisci* = piscicultura, *agro* = agricultura, *fruti* = fruticultura, *silvi* = silvicultura e *pastoril* = pecuária). Modelo de exploração diversificada e integrada dos recursos naturais, com plantas e animais tolerantes à seca e com pequena irrigação, em que as condições sociais e ecológicas da região são levadas em consideração. O termo foi divulgado por Benedito Vasconcelos Mendes, da Escola Superior de Agricultura de Mossoró — RN.

GRAU DE ADAPTAÇÃO

Capacidade de um organismo vivo, ser humano ou grupo social para se adaptar a condições ambientais desfavoráveis, inclusive em circunstâncias de desastre.

GRUA

Maquinismo para levantamento de grandes pesos.

GRUPAMENTO DE BUSCA E SALVAMENTO

Unidade do Corpo de Bombeiros com atribuição de executar ações de busca e salvamento, numa determinada área geográfica.

GRUPAMENTO DE INCÊNDIO

Unidade de Corpo de Bombeiros com atribuição de executar ações de combate a incêndios e a outros sinistros, numa determinada área geográfica.

GRUPO DE RISCO

Grupo de pessoas com risco ou possibilidade de contrair determinada doença.

GRUPO DE VOLUNTÁRIOS

Formação espontânea ou programada de grupos de pessoas de uma comunidade, com o objetivo de realizar trabalhos de interesse da defesa civil como: realização de campanhas, assistência, coleta de donativos e prestação de socorro nos desastres.

GRUPO SOCIAL

Grupo de indivíduos de uma população que apresenta uma ou mais características marcantes que os distinguem sociologicamente dos demais, como, por exemplo, estudantes, aposentados, profissionais liberais e outros.

GRUPO VULNERÁVEL

Grupo de indivíduos de uma população, como crianças, grávidas, mães, idosos, enfermos, habitantes de áreas de risco, desnutridos e outros, que apresentam pré-condições para terem intensificados os danos, em caso de desastre.

GRUPOS BÁSICOS DE ALIMENTOS

Alimentos mais utilizados no Brasil, para compor um regime alimentar ideal, de acordo com os grupos básicos seguintes: vegetais amarelos de folhas verdes; frutas cítricas e outros vegetais ricos em vitamina "C"; tubérculos, raízes, verduras, vegetais cozidos, frutas, mel e açúcar; leite e laticínios; carnes, pescados, ovos, leveduras e leguminosas; cereais, farinha de cereais, pães e bolos; óleos de vegetais; margarinas e gorduras de origem animal. **1 — Vegetais Amarelos de Folhas Verdes** — ricos em vitamina "A", sais de ferro, hidratos de carbono e hemiceluloses. Principais alimentos: pequi, dendê, pupunha; cenoura, abóbora, vagem, aspargo, feijão-verde e ervilhas verdes em casca; banana e caqui; couve, brócolis, espinafre, couve-de-bruxelas, folhas de nabo, bredo ou cariru e maniva de mandioca. **2 — Frutas Cítricas e outros Vegetais** — ricos em vitamina "C" e hidratos de carbono. Principais alimentos: laranja, lima, limão, tangerina, poncã e pomelo; camu-camu, acerola, araçá, goiaba e caju; repolho cru. As frutas podem ser comidas em espécie ou sob a forma de suco e sorvete. **3 — Tubérculos, Raízes, Verduras, Vegetais Cozidos, Frutas, Mel e Açúcar** — ricos em hidratos de carbono, sais minerais e hemiceluloses. Principais alimentos: arroz polido e cozido, farinha de mandioca e tapioca; mel, melado, açúcar mascavo, rapadura e açúcar refinado; mandioca (aipim ou macaxeira), batata-doce, inhame, cará e nabo, em espécie ou sob a forma de sopas, purês, suflês e nhoques; repolho cozido, beterraba, couve-flor, aipo, cebola, tomate,

pepino, alface, rabanete, quiabo, maxixe, jiló, berinjela, manga, jaca, fruta-do-conde, sapoti, abacaxi, uva, pêra, maçã, pêssego, amora, pitanga, jabuticaba e outras, sob a forma de doces, geléias, passas, frutas cristalizadas e sorvetes. Este grupo é conhecido como dos alimentos energéticos. **4 — Leites e Laticínios** — ricos em proteínas de alta qualidade, riboflavina (vitamina “B-2”), cálcio e fósforo. Principais alimentos: leite materno, que deve constituir a alimentação exclusiva da criança, até completar seis meses de idade; além de ser o alimento mais completo para essa fase do desenvolvimento, aumenta a resistência imunológica e reduz a mortalidade infantil; queijo, requeijão, iogurte e coalhada; leite de vaca, cabra e ovelha. **5 — Carnes, Pescados, Ovos, Leveduras e Leguminosas** — ricos em proteínas de alta qualidade (com aminoácidos essenciais), hidratos de carbono, complexo “B”, cálcio, fósforo e sais de ferro. Principais alimentos: carnes, preferencialmente magras, de bovinos, aves, suínos, pescados, ovinos, caprinos e coelhos; vísceras desses animais, especialmente fígado, língua, moela, coração, tripas, estômago; mocotó, sangue, rins e miolos; ovos em espécie ou na composição de inúmeros alimentos; leguminosas, como feijão, ervilha, lentilha, amendoim, grão-de-bico, fava, soja, algaroba e outras; leveduras dessecadas e purificadas, especialmente as utilizadas na fermentação da cerveja, do álcool e do vinho. É bom recordar que os miolos, a gema do ovo e as carnes gordas são ricos em colesterol e triglicerídeos e devem ser ingeridos com cautela e sem exageros. **6 — Cereais, Farinha de Cereais, Pães e Bolos** — ricos em hidratos de carbono, tiamina, niacina, vitamina “E” e proteínas vegetais de menor qualidade que as do grupo anterior. Principais alimentos: milho, arroz integral, trigo, centeio, amaranto, aveia e sorgo, sob a forma de grãos, farinha e farinhas enriquecidas com sais de ferro; massas, como macarrão, espaguete, lasanha, canelone e outras; fubás, pamonhas, polenta, curau, angu, canjica, cuscuz, broa de milho e outros; pães e bolos fabricados com farinha de cereais. Os pães fabricados com farinhas não purificadas e com mesclas de cereais são mais ricos e nutritivos. O aproveitamento de farelos de trigo, arroz e de outros cereais, transformados em farinhas torradas e mesclados com outros alimentos, têm apresentado resultados altamente promissores, na recuperação de pessoas desnutridas. **7 — Óleos Vegetais, Margarinas e Gorduras de Origem Animal** — ricos em lipídios, de elevado poder calórico e importantes para a absorção das vitaminas lipossolúveis, como as “A”, “D”, “E” e “K”. Principais alimentos: óleos vegetais, como os de canola, girassol, arroz, milho, oliva e soja, considerados como os mais saudáveis; óleos vegetais ainda recomendáveis, como os de coco, dendê (purificados) e amendoim; óleos e gorduras pouco recomendáveis, como os de caroço de algodão, toucinho e a banha de porco; as margarinas de origem vegetal, consideradas como mais saudáveis que a manteiga;

óleos de peixe, ricos em ácidos graxos não saturados, especialmente quando provenientes de peixes de águas profundas; nozes, castanha-do-pará, castanha de caju, avelãs e outros, altamente recomendados como alimentos ricos em gorduras vegetais, muito saudáveis; o abacate, o cacau e seus derivados também são alimentos ricos em gorduras vegetais.

GUARDA-FOGO

Grade de ferro ou placa metálica que se coloca diante da chaminé para prevenir incêndio; parede entre dois prédios contíguos para evitar que o incêndio, que se manifesta em um, possa atingir o outro; parede corta-fogo.

GUARDA MUNICIPAL

Organismo de proteção e segurança municipal, com atribuições parapoliciais, previstas legalmente na Constituição Federal.

GUARNIÇÃO

1. Denominação genérica da tripulação de um trem de socorro para atender a uma determinada ocorrência. 2. Grupo de homens que guarnece e opera uma instalação, equipamento, armas etc. 3. Qualidade das praças que guarnecem um navio. 4. Conjunto de unidades e organizações que tem parada em determinado local.

GUARNIÇÃO DE AUTO-ESCALADA

Guarnição responsável pelas manobras de auto-escada (AE).

GUARNIÇÃO DE AUTOFAROL

Guarnição responsável pela iluminação dos locais de sinistros, empregando o autofarol (AF).

GUARNIÇÃO DE AUTOTANQUE

Guarnição responsável pelo transporte de água e pelo reabastecimento com o autotanque (AT).

GUARNIÇÃO DE BOMBA

Guarnição responsável pelos esquemas das linhas de mangueira e mangote ligados à bomba.

GUARNIÇÃO DE BUSCA E SALVAMENTO

Guarnição que atua no salvamento de pessoas, animais ou bens, em ocorrência de risco, nas mais diversas situações e locais.

GUARNIÇÃO DE ESCADA

Guarnição encarregada da armação e da operação de escadas, independente do tipo ou tamanho.

GUARNIÇÃO DE SALVAMENTO E PROTEÇÃO

Guarnição que executa operações de exploração, no local do incêndio, e providencia o salvamento de pessoa ou material não atingido pelo fogo.

GUARNIÇÃO DE SNORKEL

Guarnição responsável pelas manobras da autoplateforma elevada (SK), pelo emprego de agentes extintores e pelas ações de salvamento aéreo.

GUERRA BIOLÓGICA

Emprego de organismos vivos, produtos biológicos tóxicos e reguladores químicos do crescimento de plantas, para produzir a morte ou baixa de seres humanos, animais e plantas, ou a defesa contra essas ações. A guerra biológica é imoral e condenada pelas convenções que pretendem regular as guerras.

GUERRA CIVIL

Guerra interna, desencadeada por nacionais de um país contra o governo, para substituí-lo, ou pelo menos, forçá-lo a modificar suas normas; ou entre esses mesmos grupos nacionais, em disputa do poder ou em busca de uma situação relativa mais favorável.

GUERRA CONVENCIONAL

Forma de guerra realizada dentro dos padrões clássicos e com o emprego de armas convencionais, podendo ser total ou limitada, quer pela extensão da área conflagrada, quer pela amplitude dos efeitos a obter.

GUERRA GERAL

Conflito armado entre potências ou coligações de potências que empregam todos os recursos de que dispõem.

GUERRA INSURRECIONAL

Guerra interna que obedece a processos geralmente empíricos, em que uma parte da população, auxiliada e reforçada ou não do exterior, mas sem estar apoiada em uma ideologia, empenha-se contra a autoridade (de direito ou de fato) que detém o poder, com o objetivo de a depor ou, pelo menos, forçá-la a aceitar as condições que lhe forem impostas.

GUERRA INTERNA

Conflito armado no interior de um país, de caráter regular ou não, visando a atender, tanto a interesses políticos internos de um grupo ou do povo, como a objetivos políticos de um Estado ou coligações de Estados.

GUERRA IRREGULAR

Conflito armado, executado por forças não regulares de um país, contra um governo estabelecido ou um poder de ocupação, compreendendo ações interligadas de guerra, de guerrilha, de evasão e fuga e de subversão.

GUERRA LIMITADA

Conflito armado sem a amplitude da guerra geral. É caracterizado pela restrição consentida dos beligerantes, no que se relaciona, entre outros, com os seguintes aspectos: objetivos, armas, áreas geográficas e forças participantes.

GUERRA NÃO NUCLEAR

Conflito armado entre Estados ou coligações de Estados, no qual não há possibilidade de ser deliberadamente realizado o emprego de armas nucleares.

GUERRA NBQ

Emprego de agentes de natureza nuclear, biológica ou química, nas operações militares.

GUERRA NUCLEAR

Conflito armado entre Estados ou coligações de Estados, no qual são ou há possibilidade de serem empregadas armas nucleares. **1. Ativa** — Conflito armado entre Estados ou coligações de Estados, no qual são, efetivamente, empregadas armas nucleares. **2. Não Ativa** — Conflito armado entre Estados ou coligações de Estados, no qual não são empregadas armas nucleares, havendo, porém, possibilidade desse emprego.

GUERRA QUÍMICA

Emprego de agentes químicos nas operações militares. A guerra química é imoral e condenada pelas convenções que pretendem regular as guerras.

GUERRA REGULAR

Conflito armado onde as operações militares são executadas, predominantemente, por forças regulares.

GUERRA REVOLUCIONÁRIA

Conflito interno, geralmente inspirado em uma ideologia ou auxiliado do exterior, que visa à conquista subversiva do poder pelo controle progressivo da Nação.

GUERRA TOTAL

Forma ou tipo de guerra na qual os beligerantes empregam todo seu poder militar disponível, sem restrições quanto aos métodos e engenhos e mesmo quanto às leis convencionais da guerra.

GUERRILHA

Forma de guerra irregular que compreende as operações de combate executadas em território sob controle do inimigo, por forças predominantes locais, de um modo militar ou paramilitar, a fim de reduzir a eficiência de combate, a capacidade econômica e o moral do oponente. As Forças Armadas das nações menos desenvolvidas devem se especializar neste tipo de guerra, para desencorajar ataques desencadeados por nações de maior potencial militar.