

# CÓLERA

Rosa Soares

Aconteceu quando menos se esperava.  
de uma vez.

com tamanha rapidez, instalou-se a diarreia.  
Era o vibrião colérico que intruso me invadia,  
numa ousadia sem fim.

Dejeções aquosas, frequentes, profusas,  
deixando-me confusa,

tanta a água que saía de dentro de mim.

Fezes amarelo-esverdeadas (ou verde-amareladas?)

às vezes, brancas como água de arroz,  
cheiro de peixe danado,  
dorzinha de barriga chata ...

enjoô mais enjoado ... até vomitava  
água, sais minerais e coisas mais.

O que eu bebia, saía. Sede de fazer dó.

Da desidratação, vieram sintomas e sinais:

Olhos encovados, sem brilho, parados,  
boca seca, língua saburrosa,  
só um pouco de saliva viscosa.

Urina, nem tinha mais  
e lágrima, já nem chorava.

Câimbras tão fortes nas pernas,  
nariz foi ficando afilado,  
(e olhe que ele é achatado ...)

Parecia que eu perdera  
muitos quilos de uma vez.

O pulso acelerando, enfraquecendo,  
Pressão arterial baixando, pele seca,  
sem turgor, enrugada, um horror!

Chegou num ponto que eu tava mais pra morto:  
Pálido, com pele e lábios arroxeados  
e eu já quase em coma entrando.

De repente, uma picada - seria o fim,  
ou ligaram soro em mim?

Aos poucos, fui me recuperando.

Caramba! Quase que eu morro;

Se não me viessem em socorro pessoas bem entendidas ...

Depois, ensinaram-me a viver bem a vida

e como a cólera evitar:

Cuidado com a água que você vai usar  
para beber e alimentos preparar.

Só beba água filtrada ou fervida  
ou com Hipoclorito de sódio - esteja atento:

Duas gotas a dois e meio por cento,  
em cada litro d'água, deve pingar.

Não coma em qualquer lugar,  
onde a higiene não é bem conhecida.

Moscas devem ser combatidas,  
a lata de lixo tampada

e as mãos bem lavadas, frequentemente,  
quando sair do banheiro, ao preparar alimentos  
e ao lidar com pessoas ou animais doentes.

Por vinte minutos, em água com vinagre,  
as verduras deve mergulhar,  
e tenha sempre os alimentos protegidos.

Frutos do mar como ostras, mariscos e peixes  
são um perigo, quando não bem cozidos,  
vindos de águas contaminadas,  
onde fezes de doentes são encontradas.

E outra coisa importante: Exija dos governantes  
tudo o que lhe é de direito.

Diga ao senhor prefeito  
que você quer água encanada e tratada,  
rede de esgoto nas ruas e nas casas  
e vigilância sanitária eficaz.

Afinal, ele tem de ser capaz  
de tornar bem empregado  
o dinheiro do seu imposto pago.

Em caso de diarreia, tome líquidos e soro oral  
mas, se a coisa piorar,  
não deve em casa ficar;  
procure um posto de saúde ou hospital,  
porque, se você não se preveniu,  
ainda é tempo de remediar.