

**Alerta**

Vimos que o estresse positivo é aquele que está em sua fase inicial, a do alerta. O organismo produz adrenalina que dá ânimo, vigor e energia fazendo a pessoa produzir mais e ser mais criativa.

Logo ela é a fase:

*Selecione uma alternativa*

**A** Onde as pessoas conseguem ficar em alerta por muito tempo.

**B** Má qualidade de vida momentânea.

**C** Dos excessos, onde o indivíduo ultrapassa seus limites.

**D** Da produtividade, como se a pessoa estivesse “de alerta”.