

¿Que e o estrés?

O estrés e unha emoción negativa, un sinónimo de estrés e nervioso. Estamos estresados cando non os xai como esperabamos. O antónimo de estrés e tranquilidade.

As persoas estresadas se caracterizan por estar cansados o cansadas. Cando están estresados as veces non quere que ningunha persoa les fale. Normalmente se comportan ben pero se lles ve desanimadas.

O estrés e un sentimento que te face non querer facer nada. A min me estresa que me manden recoller algo algo que eu non e feito.

