A continuación, sugerimos un texto para las redes sociales (se adjuntan opciones de imágenes) que te ayudará a promover entre tus contactos el tema de salud y bienestar de este mes: la salud mental de las mujeres. No dudes en compartirlo en tus canales de comunicación interna y a través de tus cuentas de LinkedIn, según corresponda.

   

* El 8 de marzo es el Día Internacional de la Mujer. Aprende cómo puedes apoyar la salud mental y el bienestar de las mujeres en tu vida cuando experimentan transiciones y retos importantes en la vida. [optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX](https://optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* Si enfrentas una situación de infertilidad, nadie te puede decir lo que debes de sentir ni qué debes de hacer. Esperemos que leer lo siguiente te ayude a superar la situación por la que estás pasando y sientas que tienes apoyo. [optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX](https://optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* En todo el mundo, muchas de las mujeres embarazadas o que acaban de dar a luz experimentan depresión y ansiedad, las cuales son tratables. Conoce los signos y síntomas, así como las opciones de autoayuda y tratamientos especializados. [optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX](https://optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* La menopausia es un proceso biológico natural que se produce a medida que la mujer avanza en edad. Sin embargo, son muy pocas las personas que hablan del tema. Ayuda a comenzar a hablar del tema, lee este breve resumen de lo que se puede esperar durante la menopausia. [optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX](https://optumwellbeing.com/newthismonth/es-MX) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024

**Cómo publicar en LinkedIn:**

* Abre tu cuenta de LinkedIn.
* Seleccione el texto que prefieras (incluye el enlace). Copia y pega.
* Elige la imagen que prefieras y agrégala a tu publicación (guarda la imagen en tu disco duro, selecciona "agregar foto" antes del paso 4).
* Haz clic en "Publicar".