**¡TU SALUD MENTAL ES IMPORTANTE! CUÍDALA Y SIÉNTETE #INVENCIBLEMENTEFRESCA**

**Ciudad de México, 27 de octubre de 2022**  – En el camino para cumplir con nuestras metas y propósitos, muchas veces nos hemos encontrado con algunos altibajos y obstáculos que pueden llegar a afectarnos de varias formas, incluyendo en la forma de experimentar nuestras emociones.

Todo esto nos puede llevar a momentos o días en los que nos sentimos más vulnerables debido a que están impactando directamente en nuestra salud mental, y muchos de estos altibajos han aumentado desde la pandemia. Por eso, si te has sentido más intranquila que de costumbre, es importante saber que no estás sola, porque de acuerdo con el INEGI, un 50% de la población femenina padece ansiedad, ya sea ligera o severa[[1]](#footnote-0), mientras que 15.4% afirman sufrir depresión.

En **Secret** queremos recordarte que es completamente normal sentirte abrumada o estresada por las diferentes situaciones que vives día a día. Y esa vulnerabilidad es una parte de algo muy importante que compartes con otras personas que están viviendo lo mismo que tú, y que, al apoyarse y compartir sus experiencias, les ayuda a sentirse de nuevo invencibles.

Para nosotros, el empoderamiento femenino es parte de nuestro ADN desde nuestra fundación. Por eso, hemos buscado formas importantes para inspirar a todas las mujeres a seguir avanzando hacia un nuevo estándar social y cultural sin preocuparse por el sudor o por las diferentes barreras que han limitado ese cambio.

Nuestra campaña más reciente, **ElPoderdeSerInvencible**, busca motivar esa autoconfianza para inspirarlas a pasar de la intención a la acción y así, cumplir todos sus sueños y metas rompiendo los moldes de género que están presentes en nuestra sociedad. Y por eso queremos celebrar el Mes Mundial de la Salud Mental reconociendo todo ese esfuerzo que día con día miles de mujeres como tú realizan para superar esos retos que pueden impactar sus emociones de una u otra forma.

Recuerda que, si en algún momento te sientes abrumada, hay muchas cosas que puedes hacer para sentirte mejor como caminar, hablar con tus seres queridos o solicitar una sesión con tu especialista de confianza. Todas tus emociones son válidas, y sin duda alguna existen espacios y momentos en los que puedes expresarlas para sentirte mejor.

¡Tu salud mental es muy importante! Hoy es el mejor momento para pasar de la intención a la acción y encontrar maneras adecuadas de sentirte mejor. Porque tú, al igual que todas nosotras, tienes el poder de superar cualquier barrera y transformar cualquier imposible en una realidad emocionante.

Recuerda que la protección invisible de **Secret** te hará sentir Invenciblemente Fresca, cuando más lo necesitas. Para conocer más sobre #**ElPoderdeSerInvencible** visita [secret-la.com/es-mx](https://www.secret-la.com/es-mx).

# # #

Sobre Procter & Gamble:

P&G brinda productos a consumidores de todo el mundo, y cuenta con uno de los portafolios de marcas confiables, de calidad y líderes del mundo, que incluye a Always®️, Ariel®️, Crest®️, Dawn, Downy®️, Febreze®️, Gillette®️, Head & Shoulders®️, Lenor, Olay®️, Oral-B®️, Pampers®️, Pantene®️, SK-II, Tide, Vick®️ y Whisper. La comunidad P&G tiene operaciones en aproximadamente 70 países a nivel global. Visita <http://www.pg.com> para obtener la información y las novedades más recientes de P&G y sus marcas.

**Contacto para medios**

Olaf Borboa

SR. PR Executive

olaf.borboa@another.co

1. INEGI (diciembre 2021), [ENCUESTA NACIONAL DE BIENESTAR AUTORREPORTADO](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE_2021.pdf). [↑](#footnote-ref-0)