

## Manual de Usuario

### *Plataforma SaberesMX*

SaberresMX es la plataforma gratuita del Gobierno de México para que cualquier persona, desde cualquier lugar, pueda aprender en línea.

Aquí encontrarás cursos de instituciones educativas, universidades, dependencias de gobierno y otros aliados. Este manual te explica paso a paso cómo entrar, registrarte, buscar cursos, inscribirte y dar seguimiento a tu avance.

### índice

1

<b>Manual de Usuario .....</b>	<b>1</b>
<b>1. Conoce la Plataforma y Busca Cursos.....</b>	<b>2</b>
1.1 Página principal .....	3
1.2 Explorar por popularidad y temas .....	4
<b>2. Crea tu Cuenta (Registro) .....</b>	<b>5</b>
2.1 Paso a paso para registrarte.....	5
<b>3. Busca, Filtra e Inscríbete a un Curso .....</b>	<b>8</b>
3.1 El catálogo de cursos .....	8
3.2 Ver el detalle de un curso .....	8
3.3 Inscríbete al curso .....	9
<b>4. Navega y Avanza dentro de un Curso .....</b>	<b>10</b>
4.1 Estructura típica de un curso.....	10
4.2 Tipos de contenido.....	12
4.3 Evaluaciones y calificaciones.....	12
<b>5. Panel de Control o Dashboard .....</b>	<b>13</b>
5.1 Qué puedes ver en el Panel de Control.....	13
<b>6. Consejos y Solución de Problemas Comunes.....</b>	<b>14</b>



## 1. Conoce la Plataforma y Busca Cursos

Al entrar a SaberesMX verás una página principal muy sencilla de navegar, en pocos clics encontrarás un curso de tu interés.

A continuación, te explico cada zona de la pantalla.



Ilustración 1. Imagen 1: Pantalla principal de la plataforma SaberesMX



### 1.1 Página principal

- **Barra de búsqueda:** en la parte superior aparece la pregunta “¿Qué quieras aprender hoy?”. Ahí puedes escribir palabras clave, por ejemplo: 'salud', 'programación', 'finanzas', 'educación', 'Excel', etc. Despues presiona Enter o da clic en el ícono de búsqueda.



Ilustración 2 Barra de búsqueda.

- **Resultados de búsqueda:** la plataforma te mostrará los cursos que coinciden con lo que buscaste. Si escribes algo muy general (como 'salud'), verás muchos cursos; si escribes algo más específico (como 'salud mental'), verás menos resultados pero más precisos.

Ilustración 3 Resultados de la búsqueda de “salud mental”.





## 1.2 Explorar por popularidad y temas

Si no sabes qué curso tomar, puedes explorar. La página principal suele mostrar varias secciones:

- **Cursos en tendencia:** son los cursos que más personas están tomando en este momento. Es una buena forma de encontrar cursos de interés general.
- **Cursos por área o por categoría:** aquí puedes ver agrupados los cursos por grandes temas como Tecnología, Salud, Educación, Desarrollo Personal, etc.
- **Rutas o recomendaciones:** en algunos casos te muestra un camino sugerido para ir avanzando de lo básico a lo avanzado.

**Cursos en tendencia**

Descubre los cursos más tomados esta semana.

**Todos** Salud Bienestar Inteligencia Artificial Tecnología

**05 agosto 2025**

**Nutrición y Estilos de Vida Saludables**

Principios de alimentación balanceada, hábitos de vida y prevención de enfermedades...

**05 agosto 2025**

**Introducción al Machine Learning**

Conceptos, algoritmos supervisados y no supervisados, con ejemplos prácticos...

**05 agosto 2025**

**Salud Mental y Prevención de Adicciones**

Herramientas y estrategias de autocuidado para fomentar factores de protección...

**05 agosto 2025**

**Aprende Python desde cero**

Sintaxis, estructuras de control, funciones y primeras aplicaciones prácticas...

Salud Bienestar Unirme

Inteligencia Artificial Unirme

Salud Bienestar Unirme

Tecnología Unirme

Ilustración 4 Cursos en tendencia





## 2. Crea tu Cuenta (Registro)

Para que la plataforma pueda guardar tu avance, tus cursos inscritos y tus certificados, es necesario crear una cuenta. El registro es gratuito.

### 2.1 Paso a paso para registrarte

1. Da clic al botón **Iniciar**. Te llevará a iniciar sesión, o bien a crear una cuenta nueva, ambas opciones, con LlaveMX<sup>1</sup>.

Da clic a “Crear cuenta”.

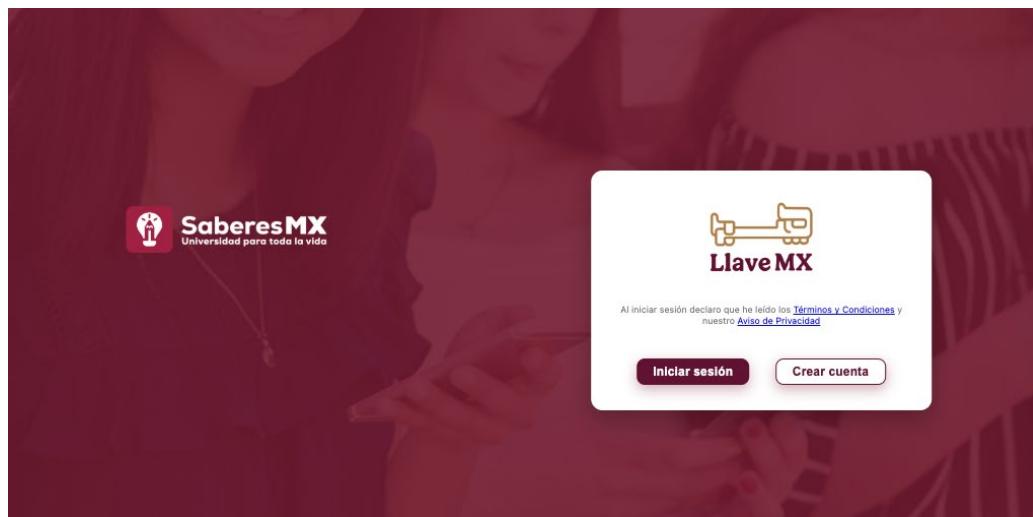


Ilustración 5 Sección para iniciar sesión, o crear una cuenta nueva.

LlaveMX<sup>1</sup>: Llave MX es la puerta de entrada al ecosistema de CURP Identidad en México, es una cuenta única y gratuita que permite a las personas autenticarse de manera segura en múltiples plataformas de gobierno federal, evitando la fragmentación de usuarios y el uso de múltiples contraseñas

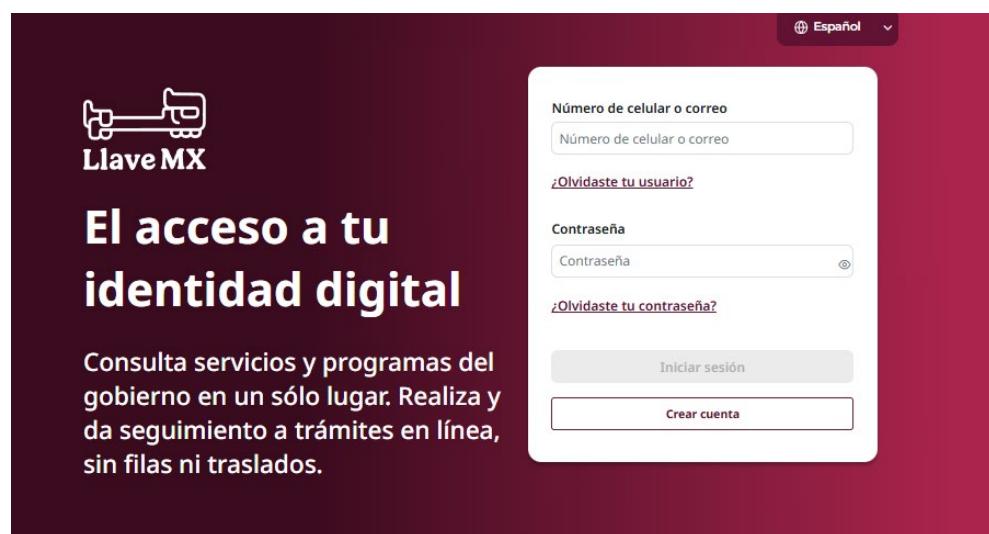


Ilustración 6 Espacio para iniciar sesión, crear una cuenta o recuperar usuario





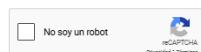
[Soy mexicano](#) [Soy extranjero sin CURP](#)

Ingrresa tu CURP y valida tu información:

Paso 1 de 3

CURP - Si no la conoces, puedes [consultarla aquí](#).

Ejemplo: JUAB600321HOCZNN02



Llave MX podría enviarte mensajes SMS para verificar tu identidad y notificarte sobre trámites relacionados con tu cuenta. Al continuar, aceptas recibir estos mensajes. Puedes consultar los [Términos](#) y [Condiciones](#).

[Regresar](#)

[Validar CURP](#)

#### Ilustración 7 Sección para ingresa tu CURP y crear tu cuenta nueva

2. En LlaveMX, deberás llenar todos los datos que se te solicitan, incluyendo verificar tu teléfono y/o correo electrónico. Cuando termines, **deberás regresar a la plataforma de SaberdesMX, para continuar con el registro**

3. Una vez de regreso en SaberdesMX, lo primero que te puede pedir es tu **PERFIL**: por ejemplo, Estudiante, Docente, Personal de apoyo u otro. Elige el que más se acerque a tu rol actual. Esto ayudará a que la plataforma te recomiende el mejor contenido para ti.

4. Luego verás tus datos personales básicos: nombre(s), primer apellido, segundo apellido, sexo, CURP (en algunos casos) y tu correo electrónico. Los campos los verás ya completados, pues vienen de LlaveMX.

5. Selecciona tus áreas de interés. Esto no es obligatorio, pero servirá para que SaberdesMX te muestre cursos acordes a lo que quieras aprender (por ejemplo: “Inteligencia artificial”, “Salud”, “Educación básica”).

6. Si te pide datos académicos (nivel de estudios, grado, institución), puedes llenarlos para tener tu perfil más completo.

7. Acepta las políticas de privacidad y condiciones de uso.

8. Da clic en **“Registrarme”**.





## ¡Regístrate y sé parte de SaberesMX!

Perfil:

-- Selecciona --

\* Nombre(s):

Nombre(s)

\*Primer Apellido:

Primer Apellido

Segundo Apellido:

Segundo Apellido

Sexo:

-- Selecciona --

\*CURP:

CURP

\* Correo (Será tu usuario en el sistema):

Ingrresa tu correo

\* Contraseña:

Ingrresa tu contraseña

MOSTRAR

\* Confirmar Contraseña:

Confirma tu contraseña

MOSTRAR

La contraseña debe tener:

- Al menos 8 caracteres
- Al menos una letra mayúscula
- Al menos un número o un carácter especial

Teléfono:

Teléfono

\* Ciudad:

Ciudad

Ilustración 8 Formulario de registro.





### 3. Busca, Filtra e Inscríbete a un Curso

Con tu cuenta creada ya puedes empezar a tomar cursos. La forma más común es usar el Catálogo de cursos.

#### 3.1 El catálogo de cursos

Cuando entras al catálogo, verás una lista de cursos y una serie de filtros en la parte izquierda. Estos filtros sirven para reducir la lista y encontrar más rápido lo que quieras.

- Área de conocimiento: por ejemplo, Salud, Educación, Tecnología.
- Nivel: básico, medio, avanzado (en algunos catálogos).
- Institución: para ver solo los cursos de cierta universidad o institución.

The screenshot shows the 'Catálogo de cursos' (Course Catalog) page. At the top, there are navigation links for 'Cursos' and 'Rutas de Formación'. On the right, there is a 'Iniciar Sesión' (Log In) button. The main content area is titled 'Catálogo de cursos' and features a grid of course cards. Each card includes a thumbnail image, the course title, the provider (e.g., UNAM, Agencia de Transformación Digital, TEC), a brief description, and a 'Ver más' (View more) button. On the left side of the grid, there are three filter dropdowns: 'Área de conocimiento' (with options for Matemáticas, Física, Tecnología, Salud, and Inteligencia Artificial), 'Nivel', and 'Institución'.

Ilustración 9 Catálogo de cursos.

#### 3.2 Ver el detalle de un curso

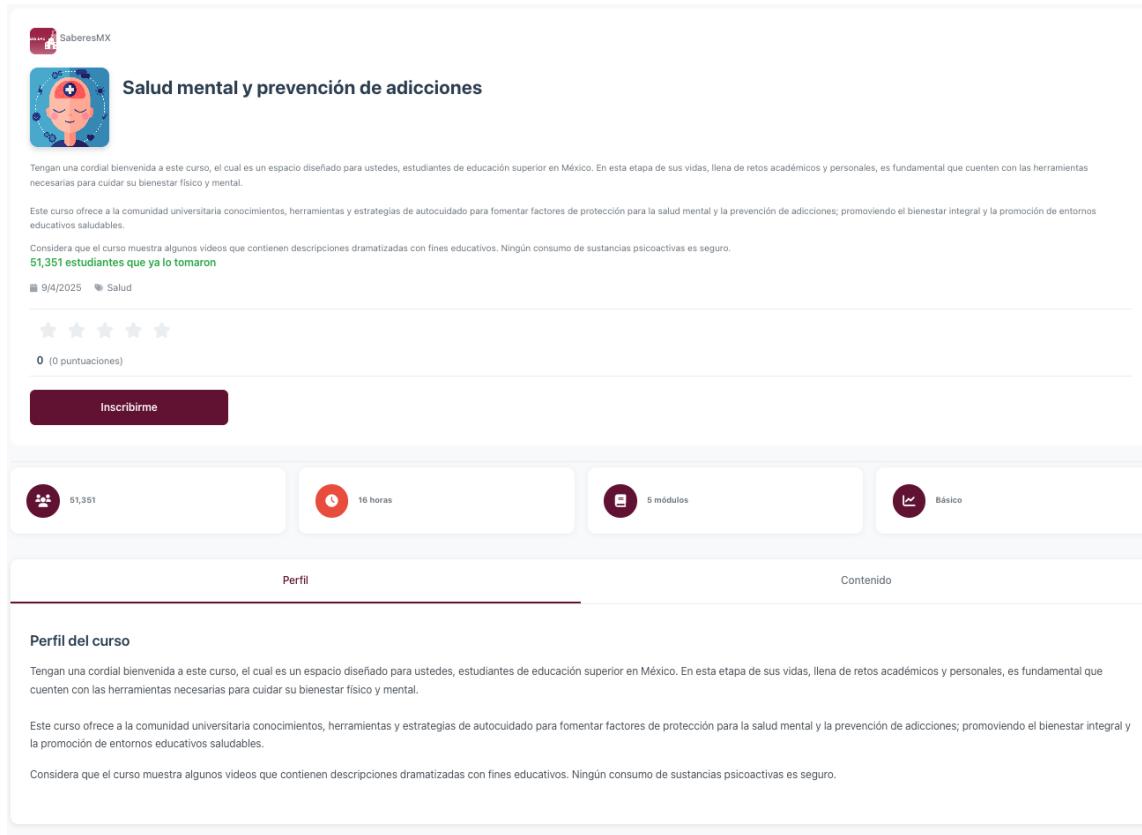
Cuando un curso te interese, haz clic sobre su nombre. Se abrirá la página donde encontrarás:

- Descripción general: de qué trata el curso.
- Objetivos: qué aprenderás.
- Duración estimada.



- A quién está dirigido.
- Institución que lo ofrece.
- Número de personas inscritas.
- Botón para inscribirte.

Lee esta información antes de inscribirte para confirmar que es el curso que buscas. Recuerda que, para inscribirte a un curso, necesitas tener una cuenta y haber iniciado sesión.



The screenshot shows the course detail page for 'Salud mental y prevención de adicciones' on the SaberresMX platform. At the top, there is a header with the course title and a small icon. Below the header, there is a brief description of the course, mentioning its purpose to provide tools for mental health and addiction prevention. It also notes that the course is for students of higher education in Mexico. The page includes a progress bar showing 51,351 students have taken the course, a timer indicating 16 hours of content, and a module count of 5. There are tabs for 'Perfil' (Profile) and 'Contenido' (Content). The 'Perfil' tab is currently selected. The content area contains a section titled 'Perfil del curso' (Course Profile) with the same descriptive text as the header. At the bottom of the content area, there is a large 'Inscribirme' (Enroll) button.

**Ilustración 10 Detalle del curso.**

### 3.3 Inscribirte al curso

Cuando estés listo para iniciar, da clic en el botón **Inscribirme**. Si ya habías iniciado sesión, el curso se agregará inmediatamente a tu lista de cursos. Si no habías iniciado sesión, la plataforma te pedirá que te autentiques.

Después de inscribirte, el sistema te llevará directamente al aula o al contenido del curso.





#### 4. Navega y Avanza dentro de un Curso

Cada curso puede tener una estructura ligeramente diferente, pero en general todos tienen un menú con los temas y una zona central donde encontrarás el contenido.

##### 4.1 Estructura típica de un curso

- **Menú lateral o superior:** aquí aparecen las unidades, módulos o temas. Puedes ver qué temas ya completaste y cuáles te faltan.

Ilustración 11 Menú lateral izquierdo del curso.

- **Contenido principal:** Lo encontrarás en la parte central, donde se muestran los videos, lecturas, actividades e infografías.





## INTRODUCCIÓN

+ Mostrar descripción

### Bienvenida

Bienvenidos al curso de **Salud mental y prevención de adicciones**, un espacio diseñado para ustedes, estudiantes universitarios de México. En esta etapa de sus vidas, llena de retos académicos y personales, es fundamental que cuenten con las herramientas necesarias para cuidar su bienestar físico y mental.

Este curso no solo les brindará información crucial, sino que también los invitará a reflexionar sobre su propio bienestar y el de su comunidad. A lo largo de cinco unidades, exploraremos temas esenciales que impactan directamente en su desarrollo integral:

Unidad 1

Bienestar y salud mental en la comunidad estudiantil: base para una educación por la paz, integral y transformadora. Aprenderán a reconocer la importancia de la salud mental como base para una educación integral y transformadora.

Unidad 2

Adicciones: comprensión integral de sus causas y alcances. Analizarán las causas y el impacto de las adicciones desde una perspectiva amplia y comprensiva.

Unidad 3

El fentanilo te mata y las metanfetaminas te enganchan: comprender los riesgos para la vida. Abordarán los riesgos específicos y mortales de sustancias como el fentanilo y las metanfetaminas, para que tengan la información necesaria para tomar decisiones informadas.

Unidad 4

Otras sustancias psicoactivas: conocer características y riesgos. Conocerán las características y los riesgos de diversas sustancias psicoactivas, ampliando su conocimiento y capacidad de prevención.

Unidad 5

Me cuido, te cuidas, nos cuidamos: la comunidad estudiantil como espacio de prevención y construcción de paz. Reflexionarán sobre cómo la comunidad estudiantil puede ser un espacio clave para la prevención y la construcción de la paz, promoviendo una cultura de autocuidado y apoyo mutuo.

1 de 2



Ilustración 12 Sección principal, central donde el contenido irá apareciendo.

- **Botones de navegación:** algunos cursos tienen botones de “Siguiente” y “Anterior” para avanzar sin regresar al menú lateral izquierdo.

1 de 2



Ilustración 13 Botones de navegación debajo de los contenidos.



- **Indicadores de avance:** cuando termines un tema de cada curso, aparecerá una marca (palomita o color diferente) indicando que ya lo completaste.



Ilustración 14 Indicadores de avance.

#### 4.2 Tipos de contenido

En SaberesMX puedes encontrar diferentes tipos de recursos:

- Lecturas en línea.
- Videos explicativos.
- Infografías o materiales descargables.
- Actividades interactivas.
- Evaluaciones o exámenes cortos.

¡Sigue el orden sugerido para no saltarte nada!

#### 4.3 Evaluaciones y calificaciones

Muchos cursos incluyen una o varias evaluaciones. Estas pueden ser de opción múltiple, verdadero/falso u otro formato sencillo. Algunas evaluaciones permiten varios intentos.



The screenshot shows a web-based evaluation interface. At the top, there's a navigation bar with tabs: 'Presentación' (selected), 'Preguntas', and 'Finalizar'. Below this, a section titled 'Información de la evaluación' contains the following details:  
**Descripción:** A continuación se mostrarán las preguntas relacionadas de la Unidad 3. El fentanilo te mata y las metanfetaminas te enganchan: comprender los riesgos para la vida.  
**Duración:** 01:00:00  
**Número de preguntas:** 15  
**Número de intentos permitidos:** Ilimitados  
**Disponible desde:** 2025-10-01 00:00:00  
**Disponible hasta:** 2029-10-31 23:59:00

Below these details is a section titled 'Instrucciones':  
Para responder a las siguientes preguntas, primero debes ver con atención los contenidos de la Unidad 3. El fentanilo te mata y las metanfetaminas te enganchan: comprender los riesgos para la vida.

At the bottom of the interface is a green button labeled 'Iniciar Evaluación'.

Ilustración 15 Evaluación en la plataforma.

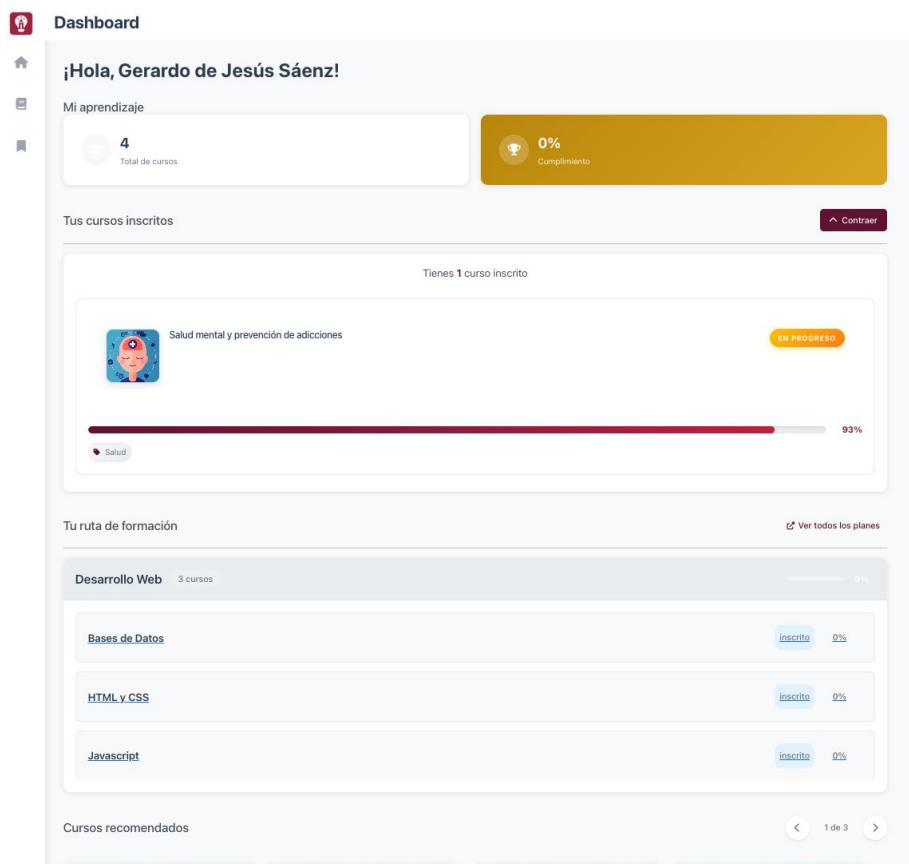


## 5. Panel de Control o Dashboard

El Panel de Control es tu área personal dentro de SaberesMX. Desde ahí puedes ver todo lo que estás haciendo en la plataforma.

### 5.1 Qué puedes ver en el Panel de Control

- Tus cursos inscritos: verás una tarjeta con los cursos a los que te has inscrito.
- Porcentaje de avance: cada curso mostrará un porcentaje (por ejemplo 20%, 50%, 100%) para que identifiques cuánto te falta.
- Certificados: cuando termines un curso al 100%, desde aquí podrás descargar tu constancia o certificado (si el curso lo ofrece).
- Recomendaciones: la plataforma te puede sugerir otros cursos relacionados con los que ya tomaste o con los intereses que marcaste.



The screenshot shows the SaberesMX Dashboard. At the top, it greets the user: "¡Hola, Gerardo de Jesús Sáenz!". Below this, the "Mi aprendizaje" section displays "4 Total de cursos" and a yellow progress bar showing "0% Cumplimiento". The "Tus cursos inscritos" section lists one course: "Salud mental y prevención de adicciones" (Status: EN PROGRESO, Progress: 93%). The "Tu ruta de formación" section shows a plan for "Desarrollo Web" with 3 courses: "Bases de Datos" (Inscrito 0%), "HTML y CSS" (Inscrito 0%), and "Javascript" (Inscrito 0%). The "Cursos recomendados" section is partially visible at the bottom.

Ilustración 16 Panel de control o Dashboard de un usuario.





## 6. Consejos y Solución de Problemas Comunes

- Si un video no carga, intenta actualizar la página o cambiar de navegador.
- Si no aparece tu avance, verifica que hayas iniciado sesión con el mismo correo con el que te registraste.
- Para una mejor experiencia, usa la plataforma desde una computadora o tablet con conexión estable a internet.
- Si olvidaste tu usuario o tu contraseña de LlaveMX, ingresa a <https://llave.gob.mx> y sigue cada uno de los pasos

