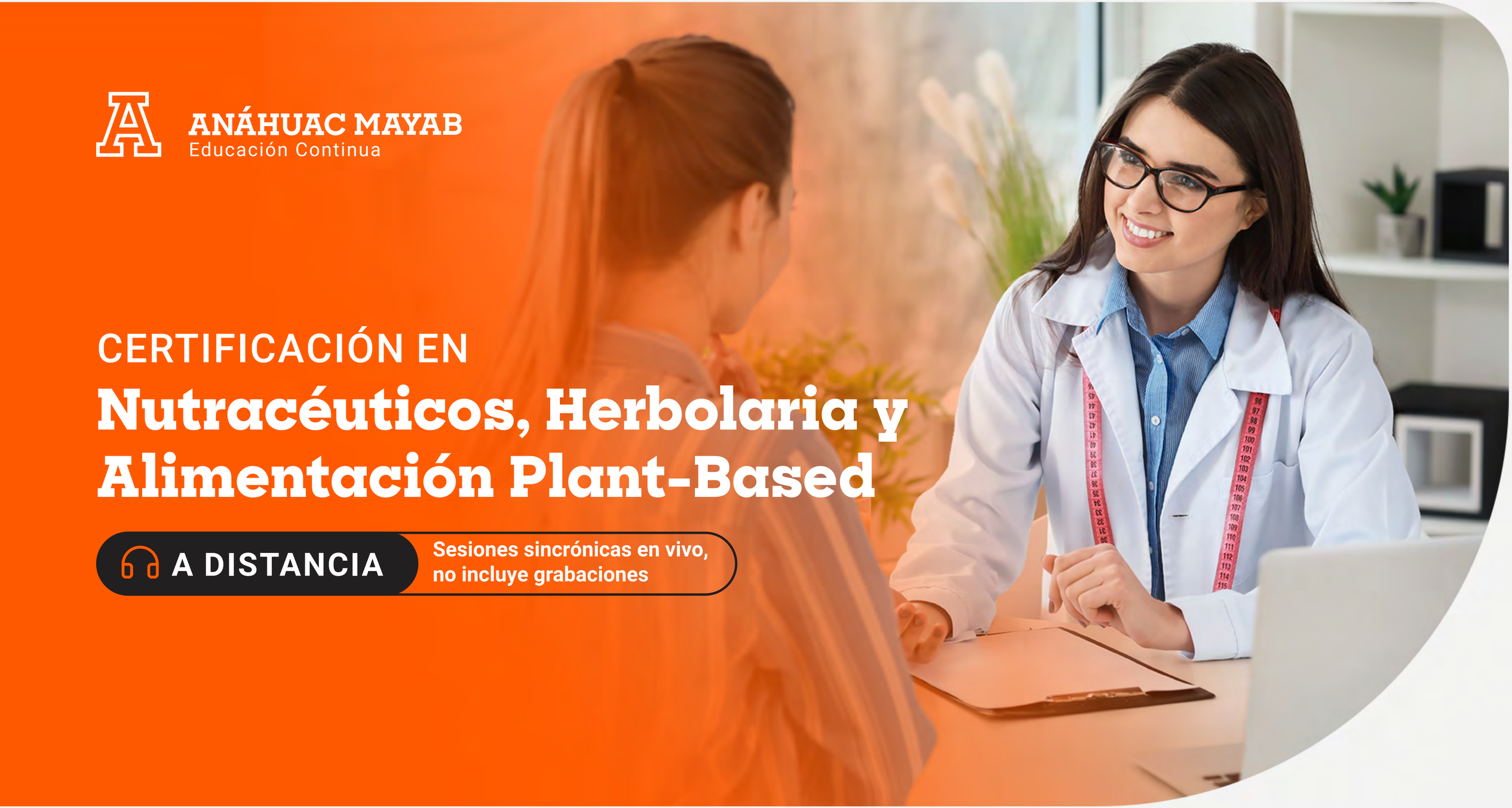
ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

CERTIFICACIÓN EN

Nutracéuticos, Herbolaria y Alimentación Plant-Based

A DISTANCIA

Sesiones sincrónicas en vivo, no incluye grabaciones



De la bioquímica a tu mesa: nutracéuticos, plantas y evidencia.

¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA?

Aprendes con un investigador del Sistema Nacional de Investigadores y con nutriólogos que atienden consulta privada. Cada módulo cierra con una herramienta práctica que desarrollas tú:

- ✓ un mapa conceptual del metabolismo
- ✓ un vademécum de nutracéuticos con fichas técnicas
- ✓ una guía fitoterapéutica basada en evidencia
- ✓ un plan de orientación alimentaria basado en plantas

OBJETIVO DEL PROGRAMA

Aprenderás a evaluar y aplicar de manera crítica **conocimientos sobre nutracéuticos, herbolaria y alimentación basada en plantas,** a partir de fundamentos de bioquímica, nutrición y evidencia científica, para promover prácticas de bienestar seguras, saludables y sostenibles.

¿Para quién es este programa?

Dirigido a:

- ✓ **Personas interesadas en mejorar su alimentación y bienestar**
- ✓ **Público general con interés en nutracéuticos y herbolaria**
- ✓ **Personas interesadas en la alimentación basada en plantas y la sostenibilidad**
- ✓ **Personas que buscan adquirir conocimientos para promover hábitos saludables en su entorno familiar o comunitario**



Competencias a desarrollar

- Criterio para distinguir información científica confiable de mitos y prácticas sin sustento
- Capacidad para evaluar beneficios y riesgos relacionados con el consumo de compuestos funcionales
- Habilidad para interpretar información sobre seguridad y uso responsable de productos herbales
- Capacidad para orientar prácticas alimentarias saludables basadas en plantas
- Visión para integrar principios de salud y sostenibilidad en decisiones alimentarias

DATOS CLAVE

ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

MODALIDAD
A distancia
Sesiones sincrónicas en vivo, no incluye grabaciones

NIVEL
Introductorio

DURACIÓN
80 horas
• 4 meses | 4 módulos

HORARIOS
Martes y jueves de 18:00 a 22:00 h

FECHA DE INICIO
12 de enero

FECHA DE TÉRMINO
04 de mayo

INVERSIÓN
Inscripción: **$4,600 MXN**

Colegiaturas: 4 pagos de **$4,600 MXN**

SISTEMA DE RECONOCIMIENTO

Proceso de certificación oficial y obtención de insignias digitales verificables.

PASO 1

Entregable

¿QUÉ ES?

La evidencia de que aplicaste lo aprendido. Es el producto, proyecto o ejercicio que desarrollas al cierre de cada módulo para demostrar la competencia adquirida — no un examen, sino una muestra real de lo que ya sabes hacer.

¿CÓMO SE ENTREGA?

Cada módulo define su propio entregable y se envía en la plataforma del programa dentro del plazo indicado por el facilitador. Su aprobación es requisito para obtener la microcredencial del módulo.

PASO 2

Microcredencial

¿QUÉ ES?

Una microcredencial es una insignia digital que obtienes al aprobar cada módulo individualmente. Certifica una competencia concreta y es verificable y compartible en tus redes y plataformas de empleo desde el momento en que la recibes.

¿CÓMO SE OBTIENE?

Cumpliendo con la asistencia y entregando la evidencia de cada módulo. Al finalizar el programa, habrás acumulado una colección de insignias que documenta tu aprendizaje paso a paso.

PASO 3

Certificación

¿QUÉ ES?

Una certificación es el reconocimiento formal de las competencias que desarrollaste y demostraste a lo largo del programa. Al concluirlo, recibirás un documento oficial emitido por la Universidad Anáhuac Mayab —y en programas seleccionados*, respaldado por un organismo aliado— que acredita tu perfil ante el mercado profesional.

¿CÓMO SE OBTIENE?

Aprobando todos los módulos con asistencia mínima del 80% y entregando las evidencias de aprendizaje de cada etapa.

SISTEMA DE NIVELES
5 niveles de competencia

01 **FUNDAMENTOS** SABER

02 **HERRAMIENTAS** SABER HACER

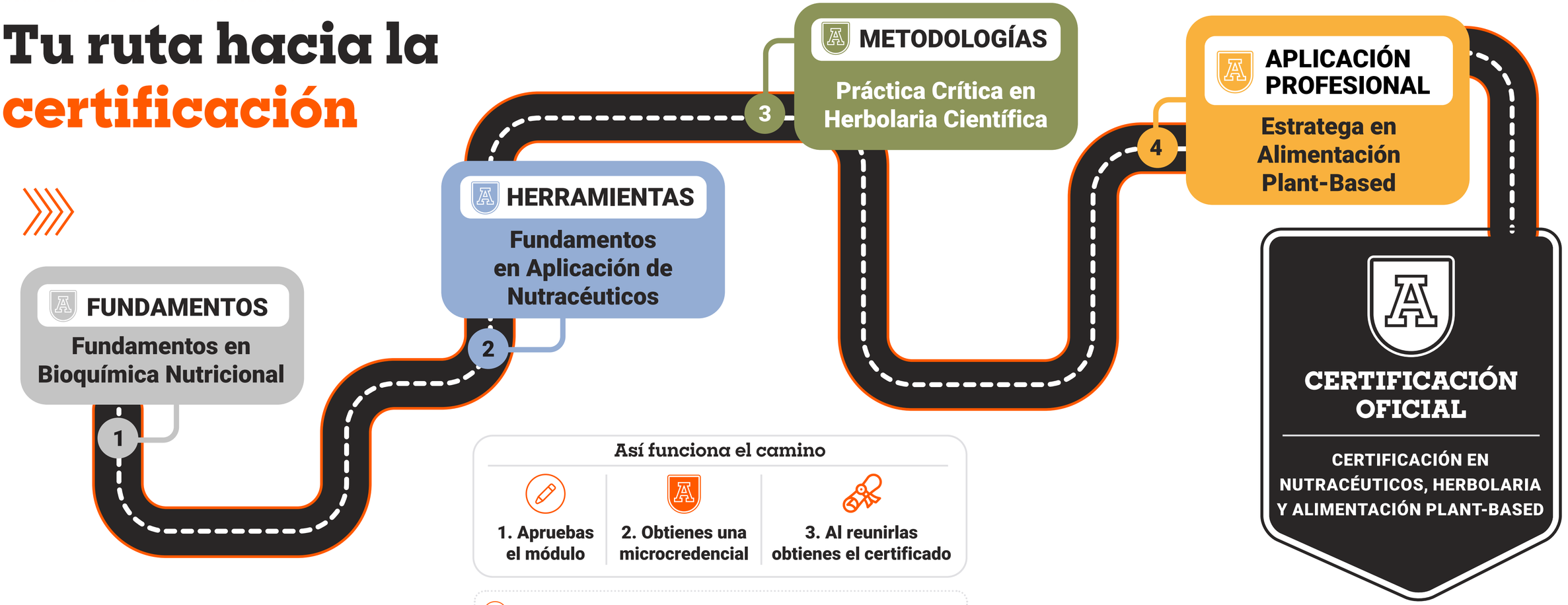
03 **METODOLOGÍAS** SABER CÓMO

04 **APLICACIÓN PROFESIONAL** SABER RESOLVER

05 **INNOVACIÓN** SABER TRANSFORMAR

SISTEMA DE RECONOCIMIENTO

Tu ruta hacia la certificación



Así funciona el camino

1. Apruebas el módulo
2. Obtienes una microcredencial
3. Al reunirlas obtienes el certificado

Los niveles pueden repetirse. Esta ruta es visual y referencial, no una secuencia rígida.

ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

MÓDULO 1.

Fundamentos de bioquímica y nutrición

1.1. Introducción a la bioquímica: moléculas de la vida
1.2. Agua, electrólitos y equilibrio ácido-base
1.3. Hidratos de carbono: funciones, digestión y metabolismo
1.4. Lípidos: tipos, funciones y metabolismo
1.5. Proteínas: estructura, funciones y metabolismo
1.6. Vitaminas y minerales: funciones esenciales y deficiencias

MICROCREDENCIAL: FUNDAMENTOS EN BIOQUÍMICA NUTRICIONAL

Nivel: Fundamentos

Analizar las rutas metabólicas y principios bioquímicos fundamentales de los nutrientes mediante el contraste de la literatura científica actual para sustentar criterios de intervención nutricional seguros.

Entregable: Examen de análisis de casos teóricos y mapa conceptual integrador de digestión, absorción y metabolismo celular de fitonutrientes.

MÓDULO 2.

Nutracéuticos: ciencia y aplicaciones

2.1. Definición y clasificación de nutracéuticos
2.2. Antioxidantes: polifenoles, carotenoides y vitaminas
2.3. Probióticos y prebióticos: microbiota y salud intestinal
2.4. Ácidos grasos omega-3 y omega-6 en salud cardiovascular y cerebral
2.5. Péptidos bioactivos y otros compuestos funcionales
2.6. Regulación, seguridad y riesgos en el consumo de nutracéuticos

MICROCREDENCIAL: FUNDAMENTOS EN APLICACIÓN DE NUTRACÉUTICOS

Nivel: Herramientas

Clasificar y seleccionar compuestos nutracéuticos de uso común evaluando su mecanismo de acción, biodisponibilidad y dosificación en función de la evidencia clínica disponible para la prevención y apoyo en salud.

Entregable: Vademécum interactivo de nutracéuticos con fichas técnicas que incluyan indicación, evidencia, posología, contraindicaciones e interacciones

MÓDULO 3.

Herbolaria: tradición y evidencia

3.1. Introducción a la herbolaria: historia y usos tradicionales
3.2. Plantas con efectos digestivos y metabólicos
3.3. Plantas con efectos relajantes, ansiolíticos y del sistema nervioso
3.4. Plantas con efectos antiinflamatorios e inmunológicos
3.5. Interacciones medicamentosas, toxicidad y precauciones
3.6. Evidencia científica, regulación y usos responsables de la herbolaria

MICROCREDENCIAL: PRÁCTICA CRÍTICA EN HERBOLARIA CIENTÍFICA

Nivel: Metodología

Evaluar el uso de plantas medicinales y fitoterapéuticos mediante la revisión crítica de la evidencia fitoquímica y toxicológica para discriminar entre prácticas seguras, mitos y riesgos de interacción.

Entregable: Informe de revisión sistemática y guía de orientación fitoterapéutica basada en evidencia para casos clínicos hipotéticos.

MÓDULO 4.

Alimentación plant-based: salud y sostenibilidad

4.1. Conceptos y fundamentos de la alimentación basada en plantas

4.2. Beneficios de la alimentación plant-based en la prevención de enfermedades

4.3. Retos y riesgos nutricionales: deficiencias comunes y cómo prevenirlas

4.4. Orientación alimentaria en dietas plant-based

4.5. Impacto ambiental y sostenibilidad de la alimentación basada en plantas

4.6. Tendencias actuales y futuro de la alimentación plant-based

MICROCREDENCIAL: ESTRATEGA EN ALIMENTACIÓN PLANT-BASED

Nivel: Aplicación

Diseñar y orientar modelos de alimentación basada en plantas mediante la integración de requerimientos nutrimentales y criterios de sostenibilidad para promover hábitos saludables y ambientalmente responsables.

Entregable: Proyecto integrador: Plan de orientación alimentaria basado en plantas con análisis de adecuación nutrimental y huella ecológica.



DR.

Jorge Carlos Ruiz Ruiz

Químico Biólogo Bromatólogo por la Universidad Autónoma de Yucatán, con Maestría en Ciencia y Tecnología de Alimentos por la misma institución y Doctorado en Ciencias en Alimentos por el Instituto Politécnico Nacional.

Es profesor-investigador de las Escuelas de Nutrición y Biotecnología de la Universidad Anáhuac Mayab y miembro nivel 2 del Sistema Nacional de Investigadores.

Sus líneas de investigación se centran en sostenibilidad e innovación alimentaria, calidad e inocuidad de los alimentos, así como ingredientes y alimentos funcionales.



MTRO.

Andrés Méndez Palacios Macedo

Investigador y docente especializado en ciencias sociales aplicadas a la salud, particularmente en nutrición comunitaria, enfoques interculturales y metodologías mixtas. Forma parte del cuerpo académico de la Universidad Anáhuac Mayab.

Cuenta con publicaciones académicas sobre obesidad infantil, alimentación desde perspectivas culturales, nutrición comunitaria, envejecimiento en personas con VIH y construcción social del cuerpo entre estudiantes de nutrición.



MTRO.

Arturo Gómez Pedraza

Licenciado en Nutrición y maestro en Nutrición Aplicada por la Universidad Latino. Cuenta con especialidad en Docencia por la Universidad Autónoma de Yucatán.

Tiene experiencia docente en programas de pregrado y posgrado de diversas universidades de Yucatán. Se desempeñó como coordinador de posgrados en la Universidad Vizcaya de las Américas, campus Mérida.

Actualmente es coordinador de campos clínicos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Anáhuac Mayab y brinda atención nutricional a pacientes oncológicos en consulta privada. Cuenta con experiencia en soporte nutricional y nutrición oncológica.

SOBRE LA UNIVERSIDAD ANÁHUAC MAYAB

MÁS DE 40 AÑOS FORMANDO LÍDERES EN EL SURESTE.

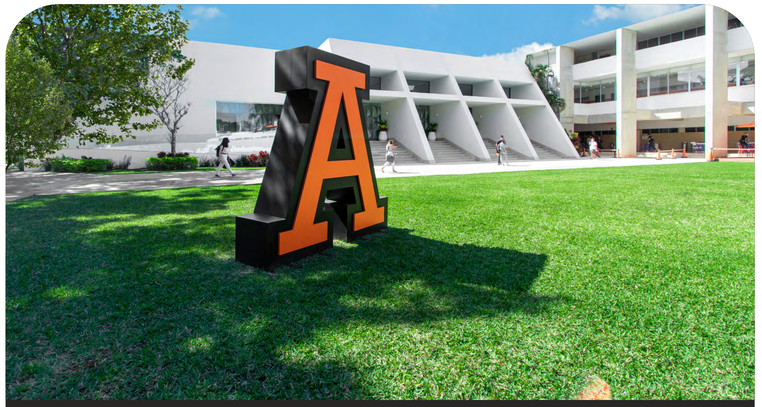
Una institución con vocación de excelencia, acreditaciones internacionales y una comunidad que impulsa el desarrollo profesional y humano de cada alumno.

En la **Universidad Anáhuac Mayab** hemos trabajado de manera constante para ofrecer los mejores programas educativos en la región, diseñando contenidos que responden a las demandas actuales de nuestra sociedad.

Nuestros programas integran conocimientos técnicos especializados con el desarrollo de habilidades de liderazgo, comunicación y trabajo en equipo, asegurando que cada egresado cuente con herramientas de alto valor y conexiones que impulsarán su crecimiento.

Miembros de: universia · RECLA Red de Educación Continua de Latinoamérica y Europa · edX

Acreditados por: FIMPES



Comunidad de impacto

Claustro académico con experiencia real en la industria y una red de egresados con presencia nacional e internacional.

Formación integral

Programas diseñados para desarrollar profesionales con visión estratégica, valores sólidos y habilidades para transformar su entorno.

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

01 **Entra a nuestra página**

merida.anahuac.mx/educacion-continua

02 **Encuentra el programa de tu preferencia**

Ubica y da clic al botón “Solicitar información”

03 **Llena el formulario de contacto**

Encuéntralo al final de la página del programa.

04 **Espera tu correo de confirmación**

Recibirás un mail con los pasos para completar tu inscripción. Síguelos y confirma tu lugar.

ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

CONTACTO

Continúa tu crecimiento profesional



TU ASESOR

GENESIS UICAB

TEL **(999) 942 48 00** Ext. 1623
MAIL **genesis.uicab@anahuac.mx**
WEB **merida.anahuac.mx/educacion-continua**