

# Manual para realizar el registro en la Plataforma “saber.es.gob.mx” e inscripción al curso “SanaMente – LibreMente”

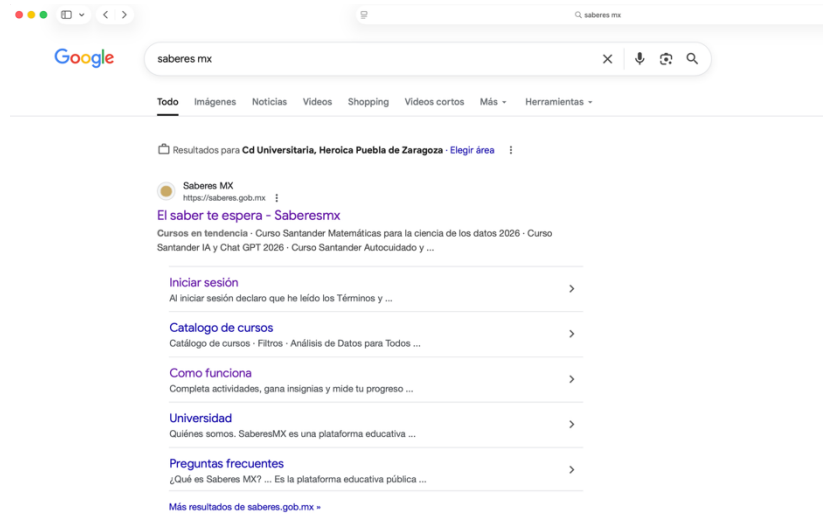
The screenshot shows the top section of the SaberMX website. At the top left is the logo of the Government of Mexico. To its right is the text 'Gobierno de México'. On the far right of the header are the links 'Trámites' and 'Gobierno', followed by a search icon. Below the header is the main navigation bar. On the left is the 'SaberMX' logo with the tagline 'Universidad para toda la vida'. To the right of the logo are three buttons: 'Contacto', 'Cómo funciona', and 'Usuario'. Below the navigation bar is a large banner. On the left side of the banner, the text reads 'Capacítate en SanaMente LibreMente: jóvenes por la paz y contra las adicciones'. Below this text is a dark red button labeled 'Unirme'. On the right side of the banner is a colorful illustration of a person's head with a brain, surrounded by gears, a lightning bolt, a smiley face, and a checkmark, symbolizing mental health and learning.

# Índice

Paso 1. Registro en la Plataforma “saber.es.gob.mx”.....	3-7
Paso 2. Captura de datos Académicos / Profesionales en la Plataforma.....	8
Paso 3. Inscripción al curso “SanaMente – LibreMente”.....	9
Paso 4. Visualización general del curso.....	10
Paso 5. Panel de la Plataforma y descarga del certificado (progreso del curso).....	11-12

## Paso 1. Registro en la Plataforma “saberes.gob.mx”

En primera instancia deberá buscar desde su navegador de internet preferido la **Plataforma Saberes MX** o ingresar directamente la dirección **saberes.gob.mx**



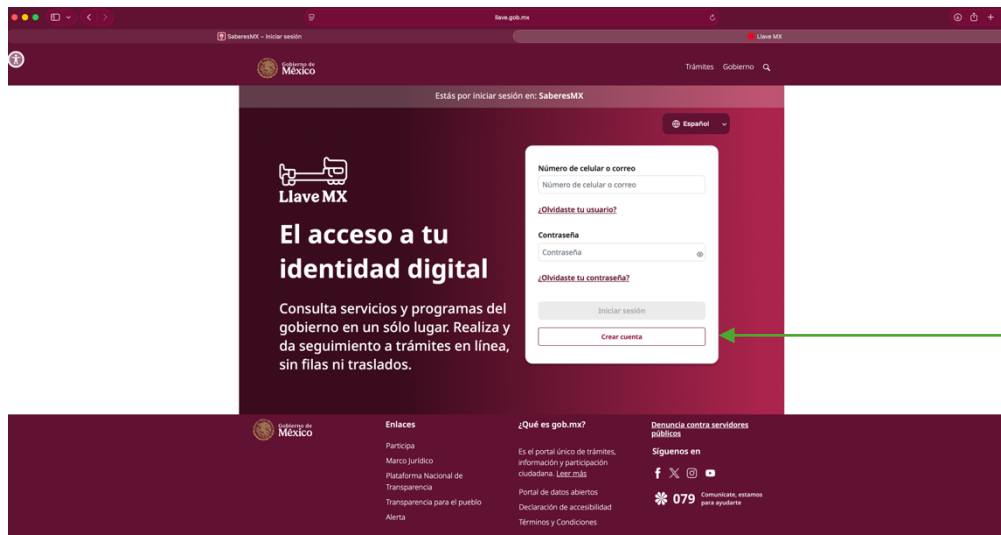
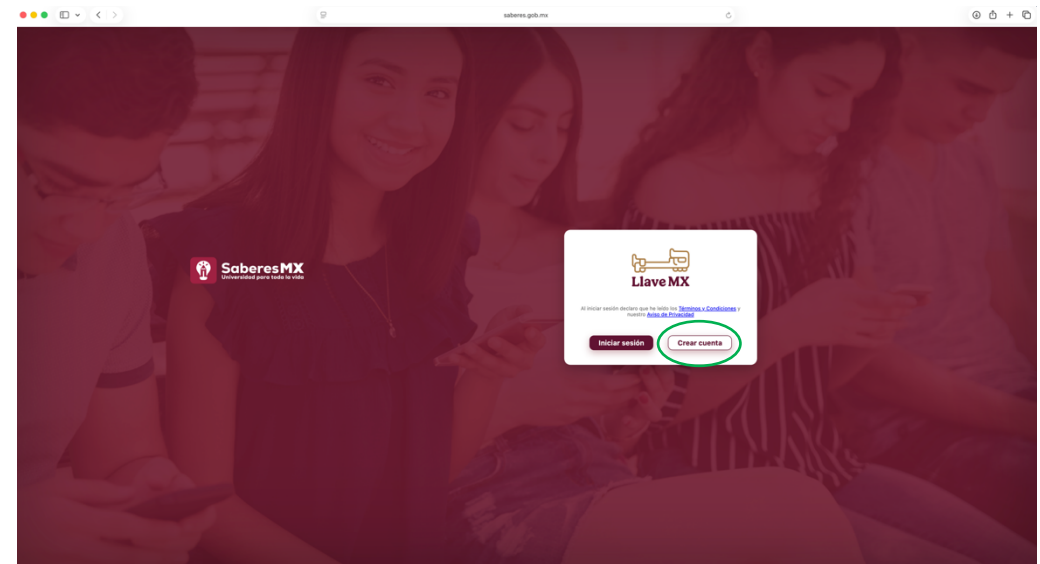
Posteriormente al ingresar en la página deberá seleccionar el botón **“Iniciar”**.

Al abrir el portal le dará dos opciones

1. Iniciar sesión
2. Crear cuenta

Deberá seleccionar la opción **“Crear cuenta”** si es la primera vez que ingresa a la plataforma y aún no ha realizado su registro.

Si ya tiene una cuenta solo deberá **“Iniciar sesión”** con su correo o número de teléfono e ingresar su contraseña.



Después le abrirá el siguiente menú y deberá seleccionar el botón **“crear cuenta”**.

En la siguiente sección deberá ingresar su **CURP**, **completar y validar su información** personal, así como los datos de su domicilio, al terminar deberá dar clic en el botón **“continuar”**.

Selección de una opción:

**Soy mexicano** Soy extranjero sin CURP

Ingresar tu CURP y valida tu información:

**Paso 1 de 3**

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

Nombre (s) Primer Apellido Segundo Apellido

Sexo Fecha de nacimiento

Completar los datos de tu domicilio:

País de Residencia \*

México

Código Postal \* Estado \*

Ejemplo: 12345

Municipio / Alcaldía \* Colonia \*

Calle Número

Ejemplo: El Oro Ejemplo: 100

Regresar Continuar

Agrega medios de contacto:

**Importante:**  
Tus datos de contacto solo serán utilizados para enviar notificaciones de tus trámites y no los compartiremos con terceros. Los mensajes pueden incluir códigos de acceso o enlaces de verificación.

**Paso 2 de 3**

Número de celular \* Este campo es requerido

+52 222 123 4567

Confirma tu número de celular \* Este campo es requerido

+52 222 123 4567

Correo electrónico (opcional)

Ingresar tu correo electrónico

Confirma tu correo electrónico (opcional)

Confirma tu correo electrónico

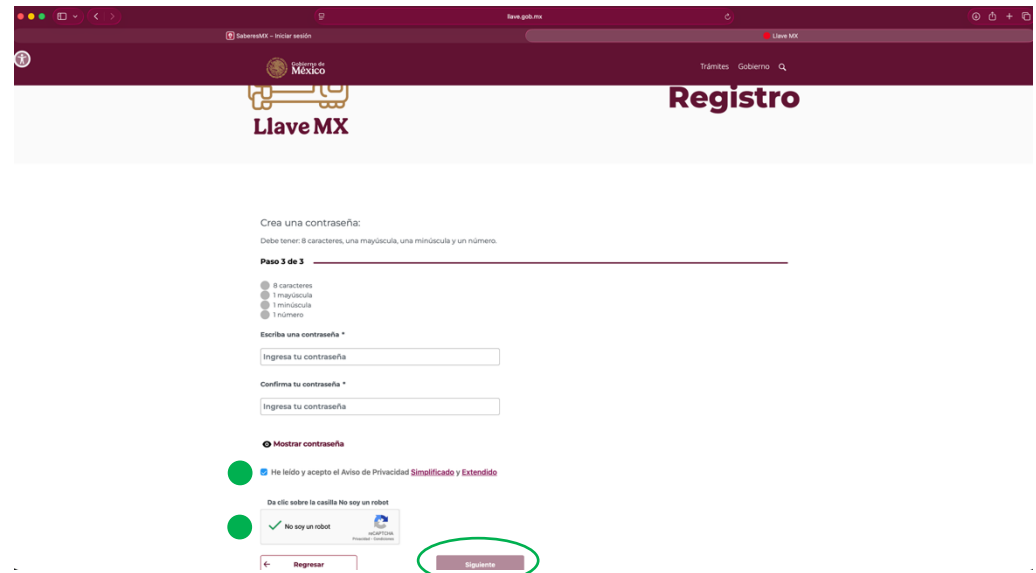
Regresar Siguiente

En el siguiente paso dentro de esta sección, deberá ingresar un número de celular (**el cual podrá ser su usuario para iniciar sesión en la plataforma**) de igual modo, tendrá la opción de ingresar un correo electrónico (**personal o institucional, se recomienda ingresar un correo, en caso de cambiar de número de celular, para poder recuperar su contraseña**) que también podrá usar para ingresar a la plataforma, después deberá dar clic en el botón **“siguiente”**.

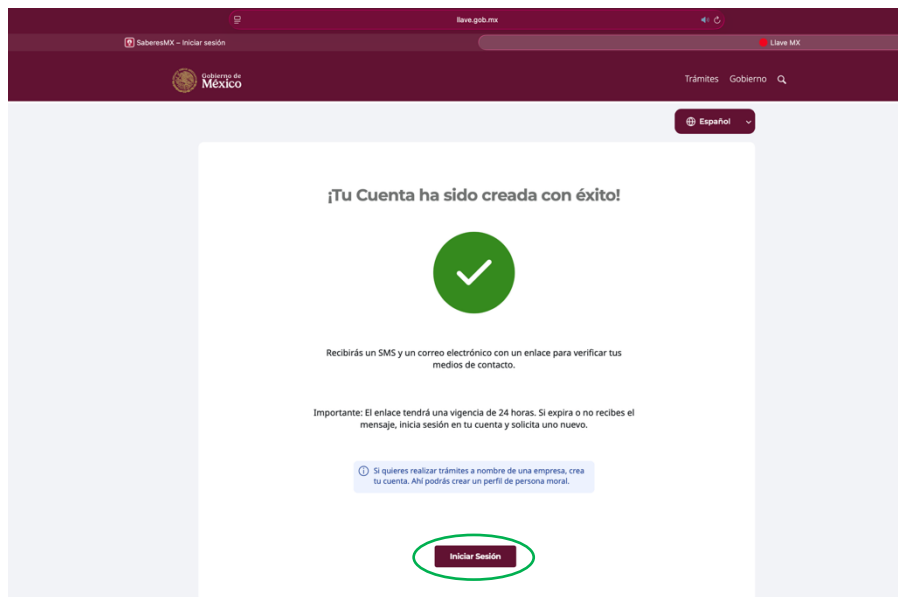
Posteriormente deberá crear una contraseña, la cual deberá tener:

- 8 Caracteres
- 1 Letra mayúscula
- 1 Letra minúscula
- 1 número

Después deberá **haber leído y aceptado el Aviso de privacidad, completar el captcha de seguridad** y finalizar dando clic en el botón **“siguiente”**.



The screenshot shows the 'Registro' (Registration) page on the Llave MX platform. The page title is 'Llave MX' and 'Registro'. The main heading is 'Crea una contraseña:' (Create a password:). Below this, it states 'Debe tener: 8 caracteres, una mayúscula, una minúscula y un número.' (Must have: 8 characters, one uppercase, one lowercase, and one number). The progress indicator shows 'Paso 3 de 3' (Step 3 of 3). The requirements are listed as: 8 caracteres, 1 mayúscula, 1 minúscula, and 1 número. There are two input fields: 'Escribe una contraseña \*' (Write a password \*) and 'Confirma tu contraseña \*' (Confirm your password \*). Below the fields is a 'Mostrar contraseña' (Show password) toggle. A green checkmark indicates 'He leído y acepto el Aviso de Privacidad Simplificado y Extendido' (I have read and accept the Simplified and Extended Privacy Policy). A CAPTCHA box is visible with the text 'No soy un robot' (I am not a robot). At the bottom, there are two buttons: 'Regresar' (Back) and 'Siguiendo' (Next), with the 'Siguiendo' button circled in green.

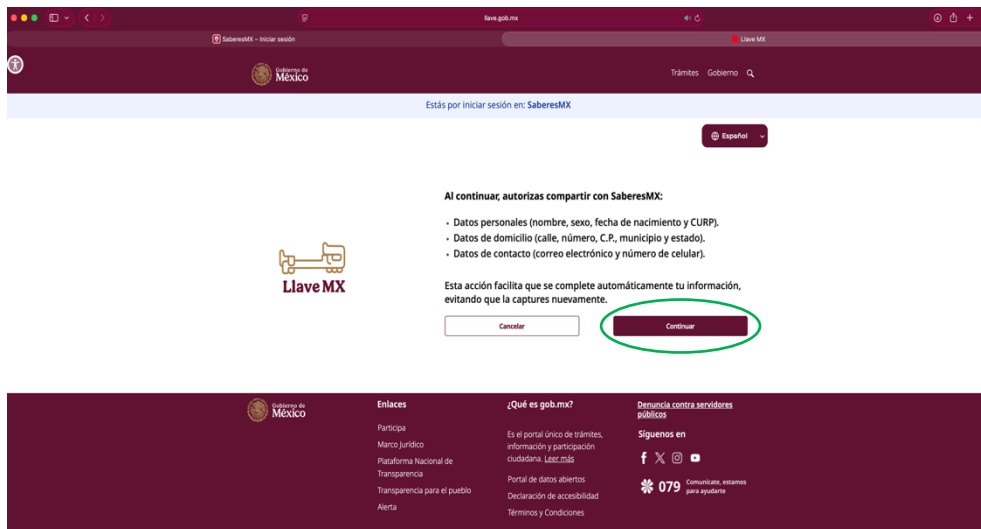
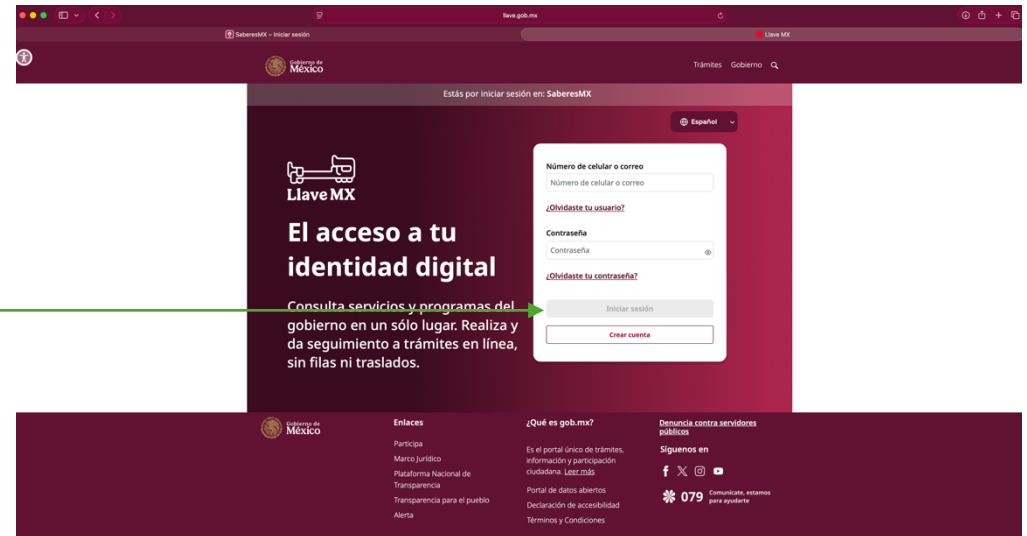


The screenshot shows the success page after account creation. The main heading is '¡Tu Cuenta ha sido creada con éxito!' (Your account has been created successfully!). Below this is a green checkmark icon. The text says 'Recibirás un SMS y un correo electrónico con un enlace para verificar tus medios de contacto.' (You will receive an SMS and an email with a link to verify your contact information.). It also states 'Importante: El enlace tendrá una vigencia de 24 horas. Si expira o no recibes el mensaje, inicia sesión en tu cuenta y solicita uno nuevo.' (Important: The link will have a validity of 24 hours. If it expires or you do not receive the message, log in to your account and request a new one.). There is a note: 'Si quieres realizar trámites a nombre de una empresa, crea tu cuenta. Ahí podrás crear un perfil de persona moral.' (If you want to perform transactions in the name of a company, create your account. There you can create a moral person profile.). At the bottom, there is a button labeled 'Iniciar Sesión' (Log In), which is circled in green.

Con este tercer paso, **habrá creado su cuenta con éxito y podrá ingresar a la Plataforma Saberes MX**. Es importante confirmar que haya recibido un **mensaje SMS y/o correo electrónico para verificar sus medios de contacto**, puesto que dicho enlace tendrá una vigencia de 24 horas.

En la parte inferior le aparecerá un botón que dice **“Iniciar Sesión”** deberá dar clic para que le lleve a la pantalla principal.

En la pantalla principal deberá seleccionar en la parte superior **“iniciar”** para que le vuelva a desplegar la pantalla de **Llave MX** y pueda iniciar sesión con su número de celular o correo electrónico y la contraseña que acaba de crear previamente.



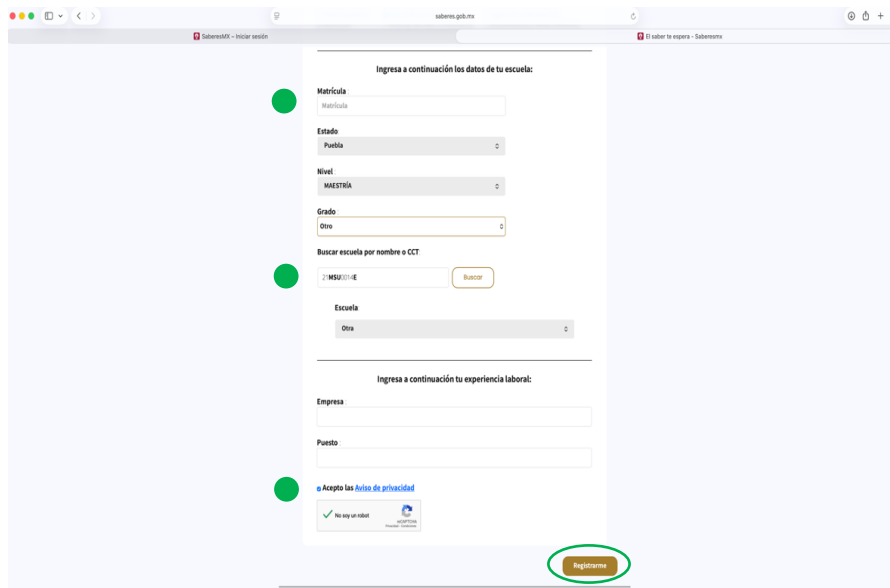
Antes de iniciar sesión por primera vez le aparecerá un mensaje de autorización para compartir con la Plataforma Saberes MX sus datos:

- Personales
- De domicilio
- De contacto

Posteriormente deberá dar clic en el botón **“continuar”**.

## Paso 2. Captura de datos Académicos / Profesionales en la Plataforma “saber.es.gob.mx”

En la siguiente sección deberá ingresar los datos de su **perfil** según corresponda (**estudiante, docente o administrativo**), así como los datos que le solicitan posteriormente, y después **marcar las áreas que sean de su interés**.



Deslizando hacia abajo le aparecerá el campo **“Matricula”** en el deberá ingresar si es estudiante su respectiva matrícula y en caso de ser docente o administrativo **ahí mismo deberá capturar su ID de trabajador o docente**. Después deberá capturar su nivel de estudios y en caso de haber culminado el grado deberá colocar “otro”.

En caso de ser **estudiante o docente** deberá colocar la clave del centro de trabajo que corresponda a su Facultad. Podrá consultar la clave que corresponda en el siguiente enlace:

- **Licenciatura y Posgrado**

[https://repositorio.buap.mx/rdocencia/public/inf\\_public/2025/0/Catalogo-claves-centro-trabajo-NS.pdf](https://repositorio.buap.mx/rdocencia/public/inf_public/2025/0/Catalogo-claves-centro-trabajo-NS.pdf)

- **Medio Superior**

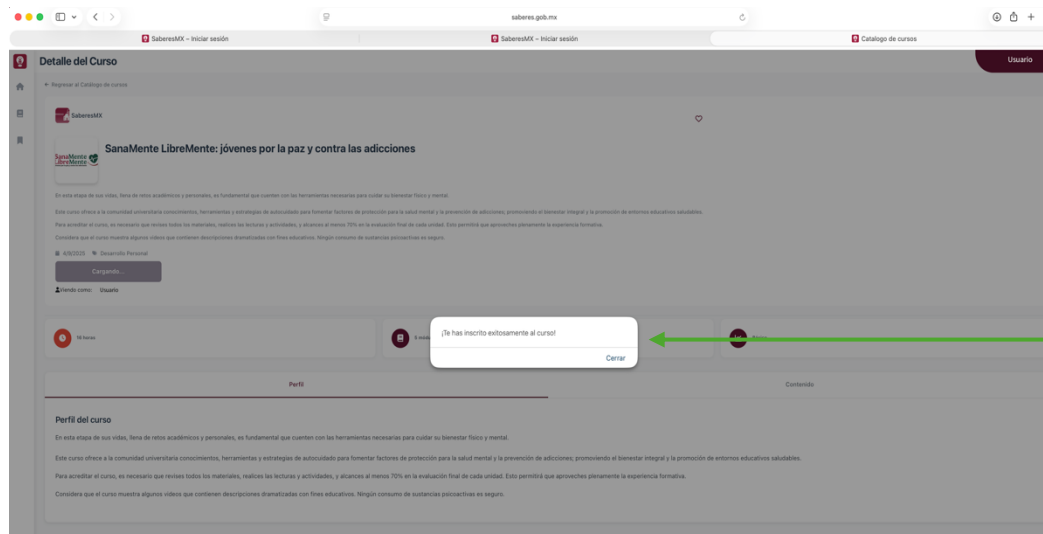
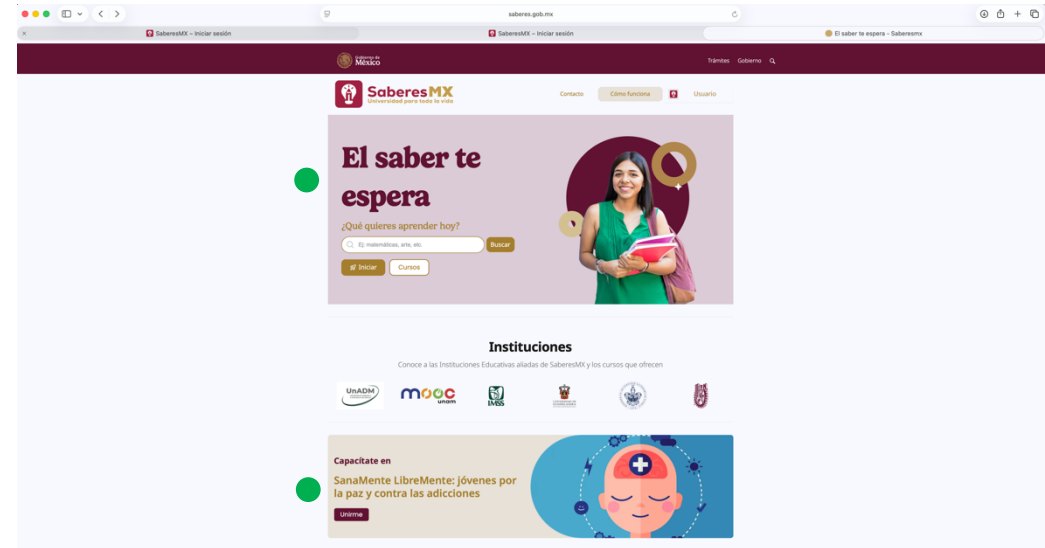
[https://repositorio.buap.mx/rdocencia/public/inf\\_public/2025/0/911-Cataalogo-NMS-11022025.pdf](https://repositorio.buap.mx/rdocencia/public/inf_public/2025/0/911-Cataalogo-NMS-11022025.pdf)

Si es administrativo deberá ingresar la Clave de Centro de Trabajo de la universidad, la cual es **21MSU0014E**. Después deberá aceptar el **Aviso de Privacidad** y dar clic en el botón **“Regístrame”**.

### Paso 3. Inscripción al curso “SanaMente – LibreMente”

Una vez dentro de la Plataforma de Saberes MX tendrá dos opciones, la primera es buscar el curso manualmente en la sección **“El saber te espera”** e ingresar **“SanaMente LibreMente”** para poder visualizar el curso.

La siguiente opción es ir directo a la sección **“Capacitate en SanaMente LibreMente: jóvenes por la paz y contra las adicciones”** para ingresar directamente.



Al ingresar el nombre del curso o ingresar directo en la sección anteriormente mencionada, le aparecerá la opción **“Inscribirme”** y al hacerlo en la misma pantalla le aparecerá un mensaje mencionando que **se ha inscrito exitosamente al curso**, al hacer la inscripción **podrá ingresar desde la pantalla principal o desde la sección “Mis cursos”**.

## Paso 4. Visualización general del curso

Una vez inscrito en el curso podrá visualizar una Introducción con la descripción e importancia del mismo, así como cada módulo dividido por temas, los cuales deberá de completar en su totalidad para seguir avanzando y completar el curso en su totalidad.

The screenshot displays the course interface for 'SanaMente LibreMente: jóvenes por la paz y contra las adicciones'. The top navigation bar includes the 'SaberesMX' logo and a user profile icon labeled 'Usuario'. The left sidebar shows a course progress tree with a 0% completion indicator. The main content area features a central text box with the following text:

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 ofrece a la comunidad universitaria conocimientos, herramientas y estrategias de autocuidado para fomentar factores de protección para la salud mental y la prevención de adicciones; promoviendo el bienestar integral y la promoción de entornos educativos saludables.

Para acreditar el curso, es necesario que revise todos los materiales, realice las lecturas y actividades, y alcance al menos 70% en la evaluación final de cada unidad. Esto permitirá que aproveche plenamente la experiencia formativa.

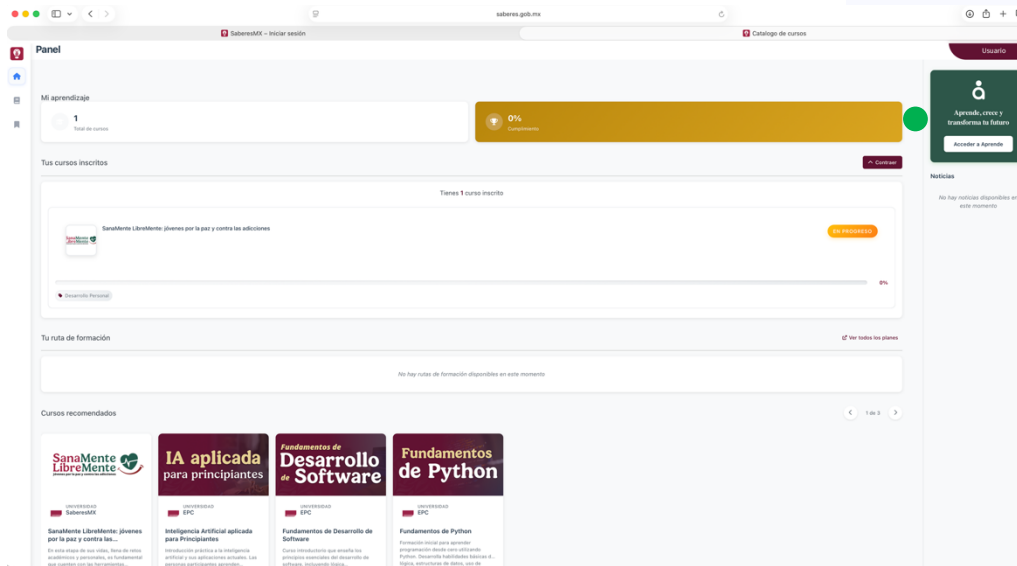
Considera que el curso muestra algunos videos que contienen descripciones dramatizadas con fines educativos. Ningún consumo de sustancias psicoactivas es seguro.

Below the text is a red 'Empezar' button.

At the bottom of the page, there is a small copyright notice: 'SaberesMX 2025. © Todos los derechos reservados.'

## Paso 5. Panel de la Plataforma y descarga del certificado (Progreso del Curso)

Después de haber registrado su curso, en la esquina superior derecha le aparecerá su usuario y podrá ver en esa misma sección un apartado con la leyenda **“mis cursos”** y ahí podrá ver los cursos en los que se está inscrito.



Al ingresar a la sección **“mis cursos”** podrá ver un **Panel principal** y en el mismo visualizar el avance general del curso, cuando haya completado cada módulo del curso podrá ver un 100% del avance total.

Al finalizar el curso le aparecerá un botón para poder **“descargar el certificado”** y podrá visualizar su **constancia** con el nombre del usuario que lo ha realizado, el nombre del curso, las instituciones con las que se tienen colaboraciones y la duración del curso.

Nota: El código QR del certificado incluye datos personales como nombre completo y CURP, se recomienda no divulgarlo en redes sociales.

**\*Para mayor información con temas relacionados al registro, plataforma, cursos de usuarios o instrucciones, favor de contactar al siguiente correo electrónico: [saberesmx@nube.sep.gob.mx](mailto:saberesmx@nube.sep.gob.mx)**

4/9/2025 Desarrollo Personal

Ir al curso

Descargar Certificado

Viendo como: Usuario

16 horas

5 módulos

Básico

Gobierno de México | Educación | Salud | BUAP | Benemérita Universidad Autónoma de Puebla | SanaMente LibreMente

Organ la presente

# CONSTANCIA

a: \_\_\_\_\_

Por haber concluido satisfactoriamente el curso en línea:

**"SanaMente LibreMente: jóvenes por la paz y contra las adicciones"**

De una duración de 16 horas, impartido por el Gobierno de México a través de la Secretaría de Educación Pública, la Secretaría de Salud, la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones, en colaboración con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, mediante la plataforma SaberesMX.

Se expide el 01 de febrero de 2026.

Por la paz y contra las adicciones