

Guía de Actividades de Aprendizaje de cada Curso de la Certificación							
Nombre de la Certificación: Suplementación Deportiva aplicada a la Recomposición Corporal							
Nombre del Curso: Marketing y Sesgos de la Suplementación Deportiva.							
Objetivo específico: Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico-prácticos referentes a la venta de suplementos, a través del análisis y discusión de casos de estudio, clases sincrónicas y asíncronas, exámenes y la realización de ejercicios prácticos, con el criterio de que se puedan integrar el consumo de suplementos nutricionales a los planes de alimentación enfocados en la recomposición corporal dirigidos a sus pacientes y asesorados.							
Tiempo absoluto de realización de las actividades: 2 horas con 6 minutos							
Periodo de realización de las actividades sugerido: ½ semana sugerida. 1ra semana							
Ponderación general de actividades: 18%							
Criterios de evaluación de actividades: Aprobar con 80% mínimo el Examen asíncrono				Conocimientos: Si		Habilidades: Si	Actitudes: No
Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje							
Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Video - clase pre - grabada sobre "Marketing y Sesgos de la Suplementación Deportiva"	Visualizar la video – clase pre – grabada en la plataforma	Clase pre – grabada en la plataforma adaptativa a cualquier dispositivo (Laptop, TV, PC, Tablet) con acceso a internet	Individual asíncrona con acceso a internet	Plataforma de Wellogi Academy (WordPress y Sensei Pro)	0%	Visualizada en su totalidad por lo menos una vez, no tiene límite máximo	1 hora con 42 minutos
Mentoría Privada exclusiva	Visualizar la transmisión en vivo a través de Zoom	Clase sincrónica en Zoom con participación de dudas en el Foro / chat y por micrófono	Grupal y colaborativa sincrónica con acceso a internet		0%	Visualizada en su totalidad	
Lectura del material de estudio complementario	Descargar la diapositiva y el e-book en PDF para posterior lectura	Diapositiva usada en la video – clase pre – grabada en formato PDF y el e-book de esa diapositiva	Individual asíncrona sin tener acceso a internet		0%	Descargada por lo menos una vez para su lectura posterior sin acceso a internet	

Evaluación final del conocimiento teórico adquirido	Leer las preguntas y contestar según se considere correcto entre las respuestas	Examen con reactivos de respuestas con opción múltiple y de verdadero / falso	Individual asíncrona con calificación automática instantánea		18%	Realizado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	24 minutos
Nombre del Curso: Contaminación y Adulteración de la Suplementación Deportiva.							
Objetivo específico: Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico-prácticos referentes a la contaminación y adulteración de suplementos, a través del análisis y discusión de casos de estudio, clases sincrónicas y asincrónicas, exámenes y la realización de ejercicios prácticos, con el criterio de que se puedan integrar el consumo de suplementos nutricionales a los planes de alimentación enfocados en la recomposición corporal dirigidos a sus pacientes y asesorados.							
Tiempo absoluto de realización de las actividades: 1 hora con 35 minutos							
Periodo de realización de las actividades sugerido: 1 semana sugerida. 2da semana							
Ponderación general de actividades: 18%							
Criterios de evaluación de actividades: Aprobar con 80% mínimo el Examen asíncrono				Conocimientos: Si		Habilidades: Si	Actitudes: No
Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje							
Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Video - clase pre - grabada sobre "Contaminación y Adulteración de la Suplementación Deportiva"	Visualizar la video – clase pre – grabada en la plataforma	Clase pre – grabada en la plataforma adaptativa a cualquier dispositivo (Laptop, TV, PC, Tablet) con acceso a internet	Individual asíncrona con acceso a internet	Plataforma de Wellogi Academy (WordPress y Sensei Pro)	0%	Visualizada en su totalidad por lo menos una vez, no tiene límite máximo	1 hora con 16 minutos
Mentoría Privada exclusiva	Visualizar la transmisión en vivo a través de Zoom	Clase sincrónica en Zoom con participación de dudas en el Foro / chat y por micrófono	Grupal y colaborativa sincrónica con acceso a internet		0%	Visualizada en su totalidad	

Lectura del material de estudio complementario	Descargar la diapositiva y el e-book en PDF para posterior lectura	Diapositiva usada en la video – clase pre – grabada en formato PDF y el e-book de esa diapositiva	Individual asíncrona sin tener acceso a internet		0%	Descargada por lo menos una vez para su lectura posterior sin acceso a internet	
Evaluación final del conocimiento teórico adquirido	Leer las preguntas y contestar según se considere correcto entre las respuestas	Examen con reactivos de respuestas con opción múltiple y de verdadero / falso	Individual asíncrona con calificación automática instantánea		18%	Realizado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	19 minutos

Nombre del Curso: Generalidades de la Suplementación Deportiva.

Objetivo específico: Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico-prácticos referentes al uso de suplementos, a través del análisis y discusión de casos de estudio, clases sincrónicas y asíncronas, exámenes y la realización de ejercicios prácticos, con el criterio de que se puedan integrar el consumo de suplementos nutricionales a los planes de alimentación enfocados en la recomposición corporal dirigidos a sus pacientes y asesorados.

Tiempo absoluto de realización de las actividades: 1 hora

Periodo de realización de las actividades sugerido: ½ semana sugerida. 3ra semana

Ponderación general de actividades: 18%

Criterios de evaluación de actividades: Aprobar con 80% mínimo el Examen asíncrono

Conocimientos: Si

Habilidades: Si

Actitudes: No

Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje

Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Video - clase pre - grabada sobre "Generalidades de la Suplementación Deportiva"	Visualizar la video – clase pre – grabada en la plataforma	Clase pre – grabada en la plataforma adaptativa a cualquier dispositivo (Laptop, TV, PC, Tablet) con acceso a internet	Individual asíncrona con acceso a internet	Plataforma de Wellogi Academy (WordPress y Sensei Pro)	0%	Visualizada en su totalidad por lo menos una vez, no tiene límite máximo	25 minutos

Mentoría Privada exclusiva	Visualizar la transmisión en vivo a través de Zoom	Clase sincrónica en Zoom con participación de dudas en el Foro / chat y por micrófono	Grupal y colaborativa sincrónica con acceso a internet		0%	Visualizada en su totalidad	
Lectura del material de estudio complementario	Descargar la diapositiva y el e-book en PDF para posterior lectura	Diapositiva usada en la video – clase pre – grabada en formato PDF y el e-book de esa diapositiva	Individual asíncrona sin tener acceso a internet		0%	Descargada por lo menos una vez para su lectura posterior sin acceso a internet	
Evaluación final del conocimiento teórico adquirido	Leer las preguntas y contestar según se considere correcto entre las respuestas	Examen con reactivos de respuestas con opción múltiple y de verdadero / falso	Individual asíncrona con calificación automática instantánea		18%	Realizado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	35 minutos

Nombre del Curso: Suplementación deportiva efectiva.

Objetivo específico: Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico-prácticos referentes al uso efectivo de suplementos, a través del análisis y discusión de casos de estudio, clases sincrónicas y asíncronas, exámenes y la realización de ejercicios prácticos, con el criterio de que se puedan integrar el consumo de suplementos nutricionales a los planes de alimentación enfocados en la recomposición corporal dirigidos a sus pacientes y asesorados.

Tiempo absoluto de realización de las actividades: 4 horas con 39 minutos

Periodo de realización de las actividades sugerido: 1 semana sugerida. 4ta semana

Ponderación general de actividades: 18%

Criterios de evaluación de actividades: Aprobar con 80% mínimo el Examen asíncrono

Conocimientos: Si

Habilidades: Si

Actitudes: No

Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje

Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Video - clase pre - grabada	Visualizar la video – clase	Clase pre – grabada en la plataforma	Individual asíncrona con	Plataforma de Wellogi	0%	Visualizada en su	3 horas con 4 minutos

sobre "Suplementación deportiva efectiva"	pre – grabada en la plataforma	adaptativa a cualquier dispositivo (Laptop, TV, PC, Tablet) con acceso a internet	acceso a internet	Academy (WordPress y Sensei Pro)		totalidad por lo menos una vez, no tiene límite máximo	
Mentoría Privada exclusiva	Visualizar la transmisión en vivo a través de Zoom	Clase sincrónica en Zoom con participación de dudas en el Foro / chat y por micrófono	Grupal y colaborativa sincrónica con acceso a internet		0%	Visualizada en su totalidad	
Lectura del material de estudio complementario	Descargar la diapositiva y el e-book en PDF para posterior lectura	Diapositiva usada en la video – clase pre – grabada en formato PDF y el e-book de esa diapositiva	Individual asíncrona sin tener acceso a internet		0%	Descargada por lo menos una vez para su lectura posterior sin acceso a internet	
Evaluación final del conocimiento teórico adquirido	Leer las preguntas y contestar según se considere correcto entre las respuestas	Examen con reactivos de respuestas con opción múltiple y de verdadero / falso	Individual asíncrona con calificación automática instantánea		18%	Realizado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	1 hora con 35 minutos

Nombre del Curso: Suplementación deportiva no efectiva.

Objetivo específico: Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico-prácticos referentes al uso no efectivo de suplementos, a través del análisis y discusión de casos de estudio, clases sincrónicas y asíncronas, exámenes y la realización de ejercicios prácticos, con el criterio de que se puedan integrar el consumo de suplementos nutricionales a los planes de alimentación enfocados en la recomposición corporal dirigidos a sus pacientes y asesorados.

Tiempo absoluto de realización de las actividades: 1 hora con 33 minutos

Periodo de realización de las actividades sugerido: 1 semana sugerida. 5ta semana

Ponderación general de actividades: 18%

Criterios de evaluación de actividades: Aprobar con 80% mínimo el Examen asíncrono

Conocimientos: Si

Habilidades: Si

Actitudes: No

Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje

Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Video - clase pre - grabada sobre "Suplementación deportiva no efectiva"	Visualizar la video – clase pre – grabada en la plataforma	Clase pre – grabada en la plataforma adaptativa a cualquier dispositivo (Laptop, TV, PC, Tablet) con acceso a internet	Individual asíncrona con acceso a internet	Plataforma de Wellogi Academy (WordPress y Sensei Pro)	0%	Visualizada en su totalidad por lo menos una vez, no tiene límite máximo	1 hora con 13 minutos
Mentoria Privada exclusiva	Visualizar la transmisión en vivo a través de Zoom	Clase sincrónica en Zoom con participación de dudas en el Foro / chat y por micrófono	Grupal y colaborativa sincrónica con acceso a internet		0%	Visualizada en su totalidad	
Lectura del material de estudio complementario	Descargar la diapositiva y el e-book en PDF para posterior lectura	Diapositiva usada en la video – clase pre – grabada en formato PDF y el e-book de esa diapositiva	Individual asíncrona sin tener acceso a internet		0%	Descargada por lo menos una vez para su lectura posterior sin acceso a internet	
Evaluación final del conocimiento teórico adquirido	Leer las preguntas y contestar según se considere correcto entre las respuestas	Examen con reactivos de respuestas con opción múltiple y de verdadero / falso	Individual asíncrona con calificación automática instantánea		18%	Realizado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	20 minutos

Nombre del Curso: Evaluación final del conocimiento practico aplicado

Objetivo específico: Al finalizar la certificación, los alumnos participantes serán capaces de aplicar los conocimientos teóricos adquiridos, a través de una manera practica en forma trabajo final, que consta de la creación de un plan diagnóstico del paciente / asesorado, además de redactar sus conclusiones de lo aprendido de manera abierta y libre, para reforzar dicho aprendizaje.

Tiempo absoluto de realización de las actividades: 40 minutos

Periodo de realización de las actividades sugerido: 1 semana sugerida. 6ta semana

Ponderación general de actividades: 10%							
Criterios de evaluación de actividades: Subir el Trabajo Final y redactar las conclusiones del aprendizaje				Conocimientos: Si		Habilidades: Si	Actitudes: No
Descripción de actividades de la unidad de aprendizaje							
Título de la actividad	Instrucciones	Materiales o recursos	Forma de participación	Medio de entrega y/o ejecución	Ponderación de actividad	Criterios de evaluación	Tiempo para su realización
Trabajo final aplicativo del conocimiento práctico adquirido	Leer los datos y contexto del paciente para subir el PDF a plataforma	Software de libre acceso, Office (Word, Excel y PowerPoint) donde crear el plan de trabajo	Individual asíncrona con calificación del profesor	Plataforma de Wellogi Academy (WordPress y Sensei Pro)	5%	Entregado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	30 minutos
Conclusiones del aprendizaje	Escribir las conclusiones prácticas de los conocimientos teórico - práctico adquiridos	Apartado en plataforma con espacio abierto a respuesta	Individual asíncrona con calificación del profesor		5%	Contestado por lo menos una vez, no tiene límite máximo de intentos	10 minutos

ATENAMENTE

Capilla de Guadalupe, Jalisco, México. Lunes, 2 de marzo de 2026.

Luis Alberto Gómez Martín 

L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P. Director Ejecutivo (CEO) & Founder: FitWellTech S.A.P.I. de C.V. / Wellogi @.

Cedula Profesional Federal: 11084284. **Cedula Profesional de Jalisco:** PEJ368344. **Constancia de Situación Profesional:** 000290189.

Registro como entrenador: 21MSU1222S/EMP/2016-10 y 21MSU1228/NEF/08/2016 **Teléfono de contacto:** (+52) 3781130544. **Correo electrónico:** ceoluis@wellogi.com

Afiliación a la Federación Mexicana de Nutrición Deportiva: S-01-2016-000180 **Estándares de Competencia SEP-CONOCER:** EC0366, EC0050 y EC0336.

CURP: GOML910814HJCMRS07 y **RFC:** GOML910814KU3