



LIFESTYLE
BIOHEALTH
AMERICA



curso en línea para
profesionales de la salud

CURSO EN LÍNEA
CERTIFICADO

MÁS ALLÁ DEL CLIMATERIO

MEDICINA FUNCIONAL + TERAPIA HORMONAL
PARA EL MANEJO INTEGRAL DE LA MENOPAUSIA

NEUROCOGNITIVO

LA MENOPAUSIA NO OCURRE EN UN SOLO SISTEMA.

CARDIOVASCULAR

SEXUAL

METABÓLICO

GENITOURINARIO

MUSCULOESQUELÉTICO

CIENCIA
CON SENTIDO
PARA CADA ETAPA

La **menopausia** dejó de entenderse como un simple "apagón hormonal", representa mucho más que el cese de la función ovárica y el final de la menstruación.

Es una transición biológica que implica modificaciones profundas en la fisiología femenina y que puede repercutir en múltiples sistemas: **genitourinario, musculoesquelético, metabólico, cardiovascular, sexual y neurológico.**

Durante esta etapa, la disminución y fluctuación de las hormonas sexuales puede acompañarse de un amplio espectro de manifestaciones clínicas.

Algunas son evidentes y ampliamente reconocidas, mientras que otras permanecen subdiagnosticadas o son atribuidas de manera general al proceso de envejecimiento. Sequedad y molestias genitourinarias, cambios en la función sexual, pérdida de masa y función musculoesquelética, osteopenia, alteraciones en la composición corporal y metabolismo, trastornos del sueño, cambios en el estado de ánimo y síntomas cognitivos pueden formar parte de un mismo proceso fisiológico complejo.

El reto para el profesional de la salud consiste en pasar de un modelo centrado exclusivamente en el síntoma a una evaluación integral que permita comprender qué está ocurriendo, por qué está ocurriendo y qué factores modificables pueden estar contribuyendo al cuadro clínico de cada paciente.

Introducción

En este contexto, **la medicina funcional** aporta una perspectiva centrada en la paciente y orientada a integrar historia clínica, estilo de vida, nutrición, actividad física, sueño, salud metabólica, factores psicosociales y evaluación hormonal, sin perder de vista la medicina convencional y la evidencia disponible. Este enfoque es consistente con la propuesta educativa de **Lifestyle Biohealth América**, que plantea abordar esta condición de manera **personalizada** y desde sus posibles causas y mecanismos subyacentes.

Más Allá del Climaterio propone una actualización integral. A través de cinco módulos, el profesional de la salud podrá profundizar en los síndromes genitourinario y musculoesquelético, la salud sexual, el metabolismo y la resistencia a la insulina, así como la relación entre hormonas, cerebro, neuroinflamación y función cognitiva.

El objetivo no es simplemente tratar los síntomas de la menopausia, sino **comprender** la complejidad de esta etapa para desarrollar estrategias de evaluación y manejo individualizadas y clínicamente fundamentadas, considerando tanto las necesidades actuales de la paciente como sus objetivos de salud a largo plazo.





¿Por qué asistir?

MIRAR MÁS ALLÁ CAMBIA EL ABORDAJE

Este curso permitirá al profesional actualizar sus conocimientos sobre algunas de las manifestaciones menos comprendidas y menos abordadas de la menopausia y desarrollar una perspectiva clínica más amplia para identificar oportunidades de intervención.

A lo largo del programa se explorará:

01 | VISIÓN INTEGRAL

La menopausia requiere un abordaje que vaya más allá del tratamiento aislado de los síntomas.

02 | ATENCIÓN PERSONALIZADA

Cada paciente presenta una combinación única de antecedentes, factores de riesgo, composición corporal, salud metabólica, función sexual, salud musculoesquelética, estado emocional y características hormonales.

03 | ACTUALIZACIÓN CLÍNICA

El curso permitirá profundizar en manifestaciones de la menopausia que con frecuencia son poco comprendidas, subdiagnosticadas o insuficientemente abordadas.

04 | ENFOQUE MULTISISTÉMICO

Se analizará la relación entre la transición hormonal y los cambios genitourinarios, sexuales, musculoesqueléticos, metabólicos, cerebrales y cognitivos.

05 | INTEGRACIÓN DE SISTEMAS

El programa ayudará a comprender estas manifestaciones como parte de un mismo proceso clínico, evitando tratarlas como problemas aislados.

06 | MEDICINA FUNCIONAL Y TERAPIA HORMONAL

Integra indicaciones, objetivos terapéuticos, factores de riesgo, seguimiento y adaptación del tratamiento según las necesidades de cada mujer.

07 | DECISIONES INFORMADAS

Integra indicaciones, objetivos terapéuticos, factores de riesgo, seguimiento y adaptación del tratamiento según las necesidades de cada mujer.

“Porque comprender la menopausia de manera integral permite transformar una etapa frecuentemente abordada desde el síntoma en una oportunidad para evaluar, intervenir y acompañar la salud de la mujer de manera más completa.”

Para **Lifestyle Biohealth América**, la educación continua representa una herramienta para mantener actualizados a los profesionales de la salud frente a nuevas perspectivas de diagnóstico y tratamiento. Nuestra oferta académica se enfoca precisamente en **medicina funcional, terapia de reemplazo hormonal y medicina preventiva**, con programas dirigidos a profesionales interesados en un abordaje **integrativo y multidisciplinario**.

¿A quien esta dirigido?

PARA QUIENES VEN A LA PACIENTE COMPLETA

Este curso está dirigido a profesionales de la salud interesados en profundizar sus conocimientos sobre el abordaje integral de la menopausia desde una perspectiva funcional, preventiva y personalizada.



MÉDICOS GENERALES Y
MÉDICOS FAMILIARES



GINECÓLOGOS Y
GINECO-OBSTETAS



ENDOCRINÓLOGOS
E INTERNISTAS



MÉDICOS EN MEDICINA FUNCIONAL,
PREVENTIVA O INTEGRATIVA



NUTRIÓLOGOS Y PROFESIONALES
DE LA NUTRICIÓN CLÍNICA



PROFESIONALES DE LA SALUD
CON EXPERIENCIA O INTERÉS EN SALUD FEMENINA,
METABOLISMO, LONGEVIDAD Y OPTIMIZACIÓN HORMONAL



**Interacción
continua**

Intercambio
opiniones, descargue
recursos y vuelva a
ver sus cursos en
cualquier momento.



**Siempre
Disponible**

Sin necesidad de
desplazarse, siga sus
cursos desde
cualquier lugar con
conexión a internet.



Clases en vivo

para enriquecer su
aprendizaje con
interacción en tiempo
real y feedback
inmediato.



Multifuncional

Comparta sus
estudios con otras
actividades de su
vida personal y
profesional.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar en los profesionales de la salud una comprensión integral de la menopausia como una transición fisiológica multisistémica, mediante el análisis de sus principales cambios hormonales y su impacto en la salud **genitourinaria, musculoesquelética, sexual, metabólica y neurocognitiva**, con el propósito de **identificar manifestaciones clínicas frecuentemente subdiagnosticadas e integrar herramientas de medicina funcional y terapia hormonal en la evaluación individualizada de cada paciente.**

DIFERENTES ESPECIALIDADES,
UN MISMO PROPÓSITO.

El programa está desarrollado para profesionales que buscan ampliar sus herramientas clínicas y comprender la interacción entre hormonas, metabolismo, composición corporal, salud sexual, sistema musculoesquelético y función cerebral durante la transición menopáusica.

Modulos:

Quiero hablar
con un asesor



UNA TRANSFORMACIÓN REAL

01

L.N. NATALIA MONTELEONE

NUTRICIÓN Y MENOPAUSIA: DE LA RESTRICCIÓN AL NUTRIR CON PROPÓSITO

10 DE OCTUBRE

Descripción:

La mayoría de las mujeres en climaterio llegan a consulta con patrones alimentarios diseñados para su metabolismo de los 30, no para el que tienen hoy: menor masa muscular, mayor resistencia a la insulina, inflamación de bajo grado y necesidades de micronutrientes completamente distintas. El resultado es un ciclo de dietas restrictivas que fallan, pérdida de músculo, ganancia de grasa visceral y frustración tanto de la paciente como del profesional que la atiende. Este módulo aborda el problema nutricional real de la mujer en menopausia —no las dietas genéricas— y entrega las herramientas de Nutrición Funcional para revertirlo.

Objetivos:

- Identificar los errores nutricionales más frecuentes en el manejo de la mujer climaterica (dietas hipocalóricas mal indicadas, déficit proteico, patrones inflamatorios) y su impacto metabólico y hormonal.
- Explicar cómo los cambios hormonales de la menopausia modifican los requerimientos de macronutrientes, micronutrientes y el manejo de la microbiota intestinal.
- Diseñar estrategias de Nutrición Funcional adaptadas a la mujer en perimenopausia y posmenopausia.
- Integrar la nutrición funcional como pilar terapéutico junto con la T.R.H. y el ejercicio, dentro de un plan de manejo metabólico completo.



02

DRA. LINDSEY BERKSON

CEREBRO Y HORMONAS: NEUROINFLAMACIÓN Y PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO

17 DE OCTUBRE

Descripción:

La "niebla mental" que reportan muchas mujeres en la perimenopausia no es solo una percepción subjetiva: tiene una base neuroinflamatoria y hormonal medible. Este módulo analizará la relación entre hormonas sexuales, función cerebral, sueño, estado de ánimo, procesos inflamatorios y desempeño cognitivo, explorando los mecanismos que pueden contribuir a la aparición de síntomas como dificultad para concentrarse, alteraciones del sueño y cambios subjetivos en la memoria. Se revisará la importancia de identificar factores modificables relacionados con la nutrición, actividad física, sueño y estrés, así como el estado hormonal, dentro de una estrategia de cuidado cerebral a largo plazo.

Objetivos:

- Describir el rol del estrógeno en la neuroprotección y los mecanismos de neuroinflamación asociados a su descenso.
- Diferenciar los cambios cognitivos esperables de la perimenopausia de signos de alarma que ameritan evaluación especializada.
- Analizar la evidencia actual sobre T.R.H. y prevención cognitiva, incluyendo la ventana de oportunidad terapéutica.
- Integrar estrategias funcionales (nutrición, sueño, manejo del estrés, actividad física) como pilares de neuroprotección a largo plazo.



03

DRA. SOFÍA LÓPEZ LÓPEZ

SÍNDROME MUSCULOESQUELÉTICO DE LA MENOPAUSIA: EL OTRO ROSTRO DE LA CAÍDA HORMONAL

24 DE OCTUBRE

Descripción:

La transición menopáusica puede representar un punto de inflexión para la salud musculoesquelética. Este módulo profundizará en la relación entre los cambios hormonales, la masa muscular, la fuerza, la salud ósea, la composición corporal y las manifestaciones musculoesqueléticas que pueden aparecer durante esta etapa. Se revisarán los principales factores de riesgo asociados al deterioro de la función musculoesquelética y la importancia de una estrategia integral que incluya ejercicio, nutrición, evaluación de riesgo y, cuando corresponda, intervención hormonal y farmacológica. El propósito es que el profesional pueda individualizar las estrategias de prevención y tratamiento para preservar la masa muscular, la salud ósea y la función física, y reducir el impacto del déficit hormonal sobre la salud musculoesquelética durante la menopausia.

Objetivos:

- Describir los mecanismos por los cuales el descenso estrogénico acelera la pérdida ósea y muscular.
- Reconocer los criterios clínicos y de densitometría para el diagnóstico temprano de osteopenia/osteoporosis y sarcopenia en la mujer climaterica.
- Analizar el rol de la Terapia de Reemplazo Hormonal, el ejercicio de resistencia y la nutrición dirigida en la preservación musculoesquelética.
- Establecer un plan de manejo integral que combine intervención hormonal, nutricional y actividad física.





MÁS MUJERES PLENAS.

CONOCIMIENTO APLICADO PARA UN FUTURO MÁS SALUDABLE.



DR. ROBERTO SOLIS

31 DE OCTUBRE

SÍNDROME GENITOURINARIO DE LA MENOPAUSIA: NEUROINFLAMACIÓN Y PREVENCIÓN DEL DETERIORO COGNITIVO

Descripción:

El Síndrome Genitourinario de la Menopausia constituye una de las manifestaciones más frecuentes y, al mismo tiempo, menos comunicadas por las pacientes. Este módulo aborda desde su fisiopatología hormonal hasta las alternativas terapéuticas actuales; además ayudará al profesional de la salud a considerar las diferentes alternativas de manejo desde una perspectiva individualizada, integrando medidas no farmacológicas y opciones terapéuticas locales o sistémicas cuando estén indicadas.

Objetivos:

- Explicar la fisiopatología hormonal del Síndrome Genitourinario de la Menopausia y su impacto en el epitelio vaginal, uretral y vesical.
- Identificar criterios clínicos para el diagnóstico oportuno del Síndrome Genitourinario de la Menopausia, incluyendo signos frecuentemente no reportados.
- Comparar las opciones terapéuticas disponibles (estrógenos locales, DHEA vaginal, láser, terapias regenerativas) según perfil de la paciente.
- Diseñar un algoritmo de manejo escalonado del Síndrome Genitourinario de la Menopausia integrando criterios de seguridad y contraindicaciones.



DRA. MARIBEL QUIROZ

07 DE NOVIEMBRE

BIENESTAR SEXUAL: RESTAURANDO LA VITALIDAD FEMENINA

Descripción:

La sexualidad femenina durante la menopausia está determinada por una interacción compleja entre factores hormonales, fisiológicos, psicológicos, relacionales y socioculturales. En este módulo se abordarán los cambios que pueden afectar el deseo, la excitación, la respuesta sexual, la comodidad durante las relaciones y la satisfacción sexual, así como la importancia de realizar una historia clínica que permita identificar los distintos factores involucrados. Se proporcionarán elementos para diferenciar las causas potenciales de las alteraciones sexuales y construir un abordaje individualizado que considere salud genitourinaria, estado hormonal, medicamentos, salud emocional, relaciones interpersonales y estilo de vida.

Objetivos:

- Identificar los componentes hormonales, vasculares y psicoemocionales que intervienen en la disfunción sexual femenina.
- Aplicar herramientas de evaluación clínica del deseo, la excitación y el dolor sexual en la consulta.
- Revisar opciones terapéuticas actuales (hormonales, vasculares y conductuales) para el manejo de la disfunción sexual.
- Incorporar el bienestar sexual como un indicador de salud integral, no como un tema periférico de la consulta.



DRA. FELICE GERSH

14 DE NOVIEMBRE

SÍNDROME METABÓLICO, RESISTENCIA A LA INSULINA Y OBESIDAD EN LA MENOPAUSIA

Descripción:

Los cambios hormonales de la menopausia coinciden con una etapa de la vida en la que pueden modificarse la composición corporal, la distribución de grasa, la sensibilidad a la insulina y el riesgo cardiometabólico, favoreciendo alteraciones como obesidad, síndrome metabólico, resistencia a la insulina e hígado graso. Este módulo explorará la interacción entre estos factores y la transición hormonal, haciendo énfasis en la identificación temprana de riesgos y en la evaluación integral de la paciente. Se revisarán estrategias relacionadas con nutrición, actividad física, sueño, composición corporal y, cuando corresponda, el papel de la terapia hormonal dentro de un abordaje individualizado.

Objetivos:

- Explicar los mecanismos hormonales y metabólicos que favorecen la ganancia de grasa visceral y la resistencia a la insulina en la menopausia.
- Interpretar marcadores clínicos y de laboratorio clave para el diagnóstico temprano de síndrome metabólico en esta etapa.
- Diseñar estrategias terapéuticas basadas en Medicina Funcional (nutrición, Terapia de Reemplazo Hormonal, actividad física) para el manejo del riesgo metabólico.
- Establecer criterios de seguimiento y metas terapéuticas realistas para la paciente climacterica con síndrome metabólico.

DISEÑADO PARA TU PRÁCTICA REAL.

UNA EXPERIENCIA FORMATIVA FLEXIBLE, ACTUAL Y CON ENFOQUE CLÍNICO, QUE SE ADAPTA A TU RITMO Y A TUS OBJETIVOS PROFESIONALES.

LIFESTYLE
BIOHEALTH
AMERICA



CLASES EN VIVO

Sábados • 10:00 a.m. (Hora Centro de México)

Este curso en línea consta de 6 módulos (clases alrededor de 2 horas cada una) en modalidad virtual.



GRABACIONES POR 6 MESES

Accede nuevamente a las clases cuando lo necesites y repasa los temas clave.



RECURSOS DESCARGABLES

Material de apoyo, estudios, lecturas recomendadas y herramientas clínicas.



INTERACCIÓN CONTINUA

Plantea tus preguntas, comparte experiencias y forma parte de una comunidad profesional comprometida con la salud femenina.

INVERSIÓN Y FORMAS DE PAGO:

La inversión por este **Curso en Línea Certificado** presentado por **Lifestyle Biohealth América** es de \$6,000 mxn / \$350 usd, en una sola exhibición.

Puede realizar su registro por medio de la **página web, tarjeta de crédito o débito**



o por transferencia electrónica SPEI a la siguiente cuenta

DATOS PARA TRANSFERENCIA O DEPÓSITO BANCARIO

Banco: KAPITAL

Beneficiario: Zuckerman JMC y Asociados SA de CV

RFC: ZJA160411M91

Cuenta: 170-98232-001-4

CLABE: 128375000000058009

Regístrese ahora

ACERCA DE



En **Lifestyle Biohealth América**, promovemos la formación continua de médicos y profesionales de la salud a través de una plataforma educativa en línea, flexible y centrada en la aplicación clínica. Durante **más de 10 años**, hemos sido pioneros en el desarrollo de programas de actualización en **Medicina Funcional y Terapia de Reemplazo Hormonal**, con impacto en México y América Latina.

Contamos con la participación de **ponentes internacionales de alto nivel**, líderes en su campo, lo que garantiza un enfoque actualizado, riguroso y basado en evidencia. Nuestra comunidad ya supera los **3,000 profesionales de la salud capacitados**, quienes han transformado su práctica con herramientas clínicas aplicables desde el primer día.

A diferencia de los métodos tradicionales, utilizamos un **enfoque interactivo y funcional del aprendizaje**, que trasciende la teoría y acompaña al profesional en su entorno clínico real. Nuestra metodología favorece la integración del conocimiento y su aplicación directa para mejorar los resultados en la salud del paciente.



POLÍTICA DE DEVOLUCIONES

Una vez confirmado el pago, ya sea parcial (abonos) o total, la inscripción se considera definitiva. Por lo tanto, no se aceptarán solicitudes de reembolso ni cambios a otros programas o eventos educativos.

Para mayor información y una atención personalizada envíenos un email a **hola@lifestylebioh.com** o un **WhatsApp** y con gusto le atenderemos.