

**PLAN DE CAPACITACIÓN EN MATERIA DE  
PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES  
PARA EL  
INSTITUTO NACIONAL DE  
PERINATOLOGÍA  
ISIDRO ESPINOSA DE LOS REYES 2024**

## CONTENIDO

- 1. GLOSARIO**
- 2. PRESENTACIÓN**
- 3. JUSTIFICACIÓN**
- 4. MARCO CONCEPTUAL**
- 5. MARCO NORMATIVO**
- 6. PRINCIPIOS Y VALORES**
- 7. DIAGNÓSTICO FODA**
- 8. OBJETIVOS**
- 9. LÍNEAS DE ACCIÓN**
- 10. POBLACION OBJETIVO**
- 11. ESTRATEGIAS DE IMPLEMENTACIÓN**
- 12. PROGRAMAS DE CAPACITACIÓN**
- 13. ACCIONES DE DIFUSIÓN**
- 14. CALENDARIO**



## 1. GLOSARIO

**Capacitación.** Medida de seguridad para establecer las políticas y procedimientos de entrenamiento basado en roles y responsabilidades.

**Comité de Transparencia.** Autoridad máxima en materia de datos personales.

**Consentimiento.** Toda manifestación de voluntad, libre, inequívoca, específica e informada, mediante la que el interesado consienta el tratamiento de datos personales que le conciernen.

**Datos personales.** Cualquier información concerniente a una persona física identificada o identificable. Se considera que una persona es identificable cuando su identidad pueda determinarse directa o indirectamente a través de cualquier información.

**Datos personales sensibles.** Aquellos que se refieran a la esfera más íntima de su titular. De manera enunciativa mas no limitativa, se consideran sensibles los datos personales que puedan revelar aspectos como origen racial o étnico, estado de salud presente o futuro, información genética, creencias religiosas, filosóficas y morales, opiniones políticas y preferencia sexual.

**Deberes.** La protección de datos personales además de principios, encuentran su base en los deberes de confidencialidad y de seguridad.

**Ley General.** Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados.

**Medidas de seguridad administrativas.** Políticas y procedimientos para la gestión, soporte y revisión de la seguridad de la información a nivel organizacional, la identificación, clasificación y borrado seguro de la información, así como, la sensibilización y capacitación del personal, en materia de protección de datos personales.

**Medidas de seguridad físicas.** Conjunto de acciones y mecanismos para proteger el entorno físico de los datos personales y de los recursos involucrados en su tratamiento.

**Medidas de seguridad técnicas.** Conjunto de acciones y mecanismos que se valen de la tecnología relacionada con hardware y software para proteger el entorno digital de los datos personales y los recursos involucrados en su tratamiento.

**Principios.** El derecho a la protección de los datos personales se regula a través de ocho principios, los cuales se traducen en obligaciones, estos son: licitud, finalidad, lealtad, consentimiento, calidad, proporcionalidad, información y responsabilidad.





**Responsable.** Se entiende por responsable a quien decide sobre el tratamiento de los datos personales, es decir, quien establece las finalidades del tratamiento o el uso que se le dará a los datos personales, el tipo de datos personales, a quien, y para que se comparten, como se obtienen, almacenan y suprimen los datos personales, y en qué casos se divulgaran, entre otros factores de decisión.

**Remisión.** Toda comunicación de datos personales realizada exclusivamente entre el responsable y encargado, dentro o fuera del territorio mexicano.

**Titular.** La persona física a quien correspondan los datos personales.

**Transferencia.** Toda comunicación de datos personales dentro o fuera del territorio mexicano, realizada a persona distinta del titular, del responsable o del encargado.

**Tratamiento.** Cualquier operación, o conjunto de operaciones efectuadas mediante procedimientos manuales o automatizados aplicados a los datos personales, relacionadas con la obtención, uso, registro, organización, conservación, elaboración, utilización, comunicación, difusión, almacenamiento, posesión, acceso, manejo, aprovechamiento, divulgación, transferencia o disposición de datos personales.

## 2. PRESENTACIÓN

La Protección de Datos Personales garantiza el poder de las personas de decidir, de manera libre e informada sobre el uso de la información que le pertenece, derecho reconocido en el artículo 6° y 16 segundo párrafo de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Es por ello, que el objeto de este derecho radica en la protección del titular de los datos personales, la protección frente a un tratamiento ilícito de su información por parte de un tercero y la salvaguarda del poder de disposición y control de sus datos personales.

Es en este contexto que el Instituto Nacional de Perinatología Isidro Espinosa de los Reyes (INPer), busca garantizar el derecho humano a la protección de los datos personales, ya que en su actuar el INPer cuenta con atribuciones para poseer una gran cantidad de datos personales protegidos por la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados (Ley General) y demás normatividad aplicable.



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**INSTITUTO NACIONAL  
DE PERINATOLOGÍA**  
ISIDRO ESPINOSA DE LOS REYES  
INPer

**Dirección General  
Departamento de  
Asuntos Jurídicos**

Unidad de Transparencia

Por lo cual el INPer en su ejercicio público garantiza la debida protección de datos, considerando que el tratamiento de los mismos debe de ir acorde a los principios, deberes y obligaciones que propone la Ley General y normatividad aplicable.

Ahora bien, para lograr las acciones de seguridad de datos personales se deben considerar factores que favorezcan su aplicación, por lo cual es de vital importancia la implementación de programas de capacitación que permitan a los responsables de los procesos, el adecuado manejo y protección de datos sensibles.

Es por ello que, la Unidad de Transparencia realice un programa de capacitación que contribuya al fortalecimiento del tema anteriormente descrito, brindando los mejores instrumentos y herramientas para la protección de datos personales que se encuentran en posesión del INPer.

Es indispensable que las y los servidores públicos del INPer fortalezcan la importancia del derecho a la protección de datos personales, por lo cual de acuerdo con las posibilidades de la institución se integran en el presente programa, una serie de cursos, así como un programa de difusión que contribuya al desarrollo y fortalecimientos de conocimientos y habilidades, con el fin de contar con personal capacitado en el ámbito de datos personales.

De conformidad con lo previsto en el artículo 30, fracción III y artículo 33, fracción VIII de la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados y en el artículo 49 y 64 de los Lineamientos Generales de Protección de Datos Personales para el Sector Público, se realiza el Programa Anual de Capacitación en materia de Protección de Datos Personales 2022 del INPer.

### **3. JUSTIFICACIÓN**

Sin duda alguna, es de vital importancia la capacitación continua en temas de sensibilidad como lo es el resguardo y manejo de datos personal, por esta razón el Programa Anual de Capacitación busca generar competencias para llevar a cabo acciones de gobierno eficaces, certeras y confiables, formando personal calificado para atender los retos y demandas que garanticen el adecuado resguardo de los datos de la ciudadanía.

Es de destacar que la capacitación en términos de protección de la información permite a las personas identificar el tipo de información que manejan y el nivel de sensibilidad de la misma, además de conocer las mejores prácticas de tratamiento de la información desde el punto de vista de seguridad.





Dentro de los procesos de mejora continua es indispensable la obtención de técnicas y perfeccionamiento de buenas prácticas en el tratamiento de los datos personales, para el buen y debido cumplimiento de las atribuciones de todo servidor público dentro del INPer.

El presente programa de capacitación es una medida de seguridad administrativa preventiva, eficaz y eficiente, que permitirá que el tratamiento de datos personales se haga de una manera correcta y evite el mal uso, sustracción, divulgación, ocultamiento, alteración, mutilación, destrucción total o parcial y de manera indebida de datos personales, que pongan en peligro la confidencialidad, integridad y disponibilidad de la información.

## 4. MARCO CONCEPTUAL

### Capacitación

Es el proceso mediante el cual, las personas servidoras públicas adquieren y actualizan conocimientos; y perfeccionan habilidades, con el propósito de obtener competencias que les permitan llevar a cabo el adecuado desempeño de sus funciones.

### Sensibilización

Proceso que tiene como principal objetivo, influir en las personas servidoras públicas para conocer y respetar el derecho fundamental de la protección de datos personales a través de la orientación y el compromiso efectivo de las funciones que desarrollan, al tratamiento de los datos personales que obtienen de la ciudadanía.

### Formación

Es el proceso por el cual se busca dotar a las personas servidoras públicas de técnicas y competencias para promover la perspectiva integral humanista y de respeto a los derechos humanos.

### Profesionalización

Es el conjunto de conocimientos, experiencias y cualidades enfocadas a buscar el desarrollo profesional de los servidores públicos, para consolidar su ejercicio a favor de la ciudadanía de calidad, abierto y competitivo, donde se promueva el merito y se generen mecanismos de promoción y evaluación individual.



## 5. MARCO NORMATIVO

El INPer a través de la Unidad de Transparencia planea, promueve, coordina y opera la capacitación de los servidores públicos de la institución, a través del Programa Anual de Capacitación que deriva de las necesidades de capacitación de los servidores públicos.

Por lo que, la Unidad de Transparencia es la encargada de coordinar y establecer los programas de capacitación continua, lo anterior en materia de transparencia, acceso a la información pública y protección de datos personal.

De conformidad con los artículos 30, fracción III, y 33 fracción VII, 83 y 84 fracción VII de la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados, así como los artículos 48 y 64 de los Lineamientos Generales de Protección de Datos Personales para el Sector Público, disponen que el responsable deberá poner en práctica un programa de capacitación y actualización del personal sobre obligaciones y demás deberes en materia de protección de datos personales, dependiendo de sus roles y responsabilidades respecto al tratamiento de datos personales, aunado a que, el Comité de Transparencia es la autoridad máxima en materia de datos personales y entre sus atribuciones se encuentran establecer programas de capacitación y actualización para las y los servidores públicos de protección de datos personales.

## 6. PRINCIPIOS Y VALORES

El presente Programa de Capacitación y las acciones que deriven de el se fundamentan en los principios constitucionales de Legalidad, Honradez, Lealtad, Imparcialidad y eficiencia plasmados en el Código de Ética de las personas servidoras públicas del Gobierno Federal.

### LEGALIDAD

Este principio Fomentará el cumplimiento a las normas jurídicas, con un estricto sentido de vocación de servicio a la sociedad, garantizando el profesionalismo, así como los valores de respeto a los derechos humanos y liderazgo.



## **HONRADEZ**

Este principio fomentará la rectitud en el ejercicio del empleo, cargo o comisión promoviendo un gobierno abierto que promueva la máxima publicidad y el escrutinio público de sus funciones ante la sociedad, garantizando la transparencia y la rendición de cuentas, así como el valor de respeto.

## **LEALTAD**

Este principio buscará que las personas servidoras públicas correspondan a la confianza que el Estado les ha conferido, a fin de satisfacer el interés superior de las necesidades colectivas y generar certeza plena de su conducta frente a todas las personas, garantizando la integridad; los valores de interés público y entorno cultural y ecológico, así como las reglas de integridad de cooperación y desempeño permanente con la integridad.

## **IMPARCIALIDAD**

Este principio buscará fomentar el acceso neutral y sin discriminación de todas las personas, a las mismas condiciones, oportunidades, beneficios institucionales y gubernamentales, garantizando así la equidad, la objetividad y la competencia por mérito; los valores de equidad de género e igualdad y no discriminación y la regla de integridad de comportamiento digno.

## **EFICIENCIA**

Este principio buscará consolidar los objetivos gubernamentales a través de una cultura de servicio público austero, orientada a resultados y basada en la optimización de recursos, garantizando la eficacia, la economía y la disciplina, así como el valor de cooperación.

Además, de conformidad con los principios en materia de protección de datos personales, que legitiman el tratamiento de los datos personales y deben asegurar a lo largo de su ciclo de vida, en todas y cada una de las fases de tratamiento de dichos datos.

Los principios de protección de datos son un conjunto de reglas mínimas que se deben observar para garantizar un uso adecuado de la información personal.

## **LICITUD**

Los servidores públicos responsables del tratamiento de los datos personales están obligados a obtener los datos y utilizarlos de manera lícita, legítima y leal, conforme a lo dispuesto en la normatividad aplicable y de acuerdo con los titulares de los datos personales.





**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**INSTITUTO NACIONAL  
DE PERINATOLOGÍA**  
ISIDRO ESPINOSA DE LOS REYES

**Dirección General**  
**Departamento de**  
**Asuntos Jurídicos**  
Unidad de Transparencia

## **LEALTAD**

Los servidores públicos responsables del tratamiento de datos personales están obligados a respetar la confianza que se deposita en ellos al proporcionarles información, en el sentido de que ésta información será tratada conforme a lo que se acordó para su tratamiento.

## **CONSENTIMIENTO**

Los servidores públicos responsables del tratamiento de datos personales deberán solicitar el consentimiento para la obtención y uso de datos personales, podría ser mediante un aviso de privacidad.

## **CALIDAD**

Se deben de tomar las medidas necesarias para que los datos sean exactos, completos, correctos y actualizados para los fines que se obtuvieron.

## **FINALIDAD**

El trato de los datos personales debe de ser para el propósito para el que fueron recabados, puede ser a través de un aviso de privacidad.

## **PROPORCIONALIDAD**

Las personas servidoras públicas responsables del tratamiento de datos personales sólo deberán solicitar aquellos datos que resulten necesarios, adecuados y relevantes, lo anterior para cumplir solo con el propósito por el cual se obtuvieron, además de siempre procurando recabar el menor número de datos personales posibles.

## **RESPONSABILIDAD**

Las personas servidoras públicas responsables del tratamiento de datos personales no solo deben tomar las medidas necesarias para cumplir con los principios y obligaciones antes señaladas, sino que además es deseable que realicen un esfuerzo adicional para observar las mejores prácticas y estándares en la protección de datos personales, y para que rindan cuentas con relación al uso y cuidado de la información personal que esté en su posesión.

## **SEGURIDAD**

Las personas servidoras públicas responsables del tratamiento de datos personales se encuentran obligadas a que la información que les sea proporcionada se resguarde bajo medidas de seguridad adecuadas, que se evite su pérdida, alteración destrucción, daño o uso, acceso o tratamiento no autorizado.



## **CONFIDENCIALIDAD**

Los datos personales deben de ser tratados con confidencialidad, estos no deben de difundirse o compartirse con terceros, salvo que exista un consentimiento para ellos o alguna obligación normativa que requiera su difusión.

## **7. DIAGNÓSTICO FODA**

Para poder definir el Programa de Capacitación en materia de protección de datos personales resulta conveniente realizar un análisis de las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas para facilitar la toma de decisiones.

### **Fortalezas**

El personal capacitado en protección de datos personales es la principal fortaleza del INPer, lo que representa un activo importante para formar, asesorar y orientar las actividades en la materia.

### **Oportunidades**

Implementar y dar seguimiento a los programas de capacitación en la materia, con el fin de lograr una capacitación integral y los servidores públicos desarrollen, actualicen y fortalezcan sus competencias laborales, así como, adquieran conocimientos teórico-prácticos.

Fortalecer la difusión en las diversas áreas del INPer, con el objetivo de que los servidores públicos conozcan y apliquen los conceptos básicos en el tratamiento de datos personales.

### **Debilidades**

Con base en la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados y demás normativa aplicable, es necesario contar con un plan de capacitación especializado que se relacione con el ciclo de vida de los datos personales, así como los roles y responsabilidades que tienen para el tratamiento de datos personales en diferentes etapas.

### **Amenazas**

La falta de definición de un programa de capacitación en materia de protección de datos personales, repercutirán en la probable transgresión en el tratamiento de los datos personales que se encuentran bajo la custodia del INPer.

## 8. OBJETIVOS

### Objetivo general

Que los servidores públicos del INPer a través de un programa de capacitación adquieran conocimientos, habilidades, mecanismos y herramientas para el adecuado manejo de datos personales, además de que se haga conciencia de la protección y resguardo de la información proporcionada por la ciudadanía en cuanto a el buen uso de la información sensible.

### Objetivos Particulares

Garantizar el tratamiento en la protección de los datos personales, se debe generar capacitación que atienda lo siguiente:

- 1.-Que se difunda, promueva y fomente una cultura de protección de datos personales.
- 2.-Se debe elevar los niveles de conocimiento en materia de protección de datos personales.

### Objetivos específicos

Promover una cultura de protección de datos personales e incentivar la actualización de las personas servidoras públicas, a través de estrategias que faciliten la generación de procesos, con respecto a la siguiente temática:

- 1.-Tratamiento de Datos Personales.
- 2.-Medidas de Seguridad.

Con base en este objetivo se presenta el siguiente Programa de Capacitación en Protección de Datos Personales.

## 9. LÍNEAS DE ACCIÓN

1. Sensibilizar a las y los servidores públicos sobre el derecho humano a la protección de datos personales que debe ser reconocido como derecho fundamental garantizado por el estado, a través de mecanismos de protección idóneos.
2. Entrenamiento y cultura de protección de datos personales a las y los servidores públicos, con el objetivo de cumplir los principios y deberes fundamentales en la protección de datos personales.

3. Fomentar la cultura de protección de datos para que exista un adecuado tratamiento y manejo de estos.
4. Sensibilizar a los servidores públicos con relación al derecho humano a la protección de datos personales.
5. Adiestramiento y actualización específicos que requieren las y los servidores públicos para el desempeño eficiente de sus diferentes roles y responsabilidades frente al tratamiento de datos personales.

## 10. POBLACIÓN OBJETIVO

- Las y los servidores públicos que entre sus actividades se encuentren el manejo u operación de datos personales, ya sea en sus actividades manuales o automatizadas, relacionadas con la obtención, uso, registro, organización, utilización, almacenamiento, procesión, manejo aprovechamiento, disposición y transferencia de datos personales.
- Las y los servidores públicos que cuenten con la facultad para decidir sobre el establecimiento de las medidas necesarias que garanticen la seguridad de los datos personales en el ámbito de su competencia.
- Las y los servidores públicos, que entre sus actividades se encuentre la operación, administración, uso y/o elaboración de programas, sistemas o cualquier otra tecnología que implique el tratamiento de datos personales.

## 11. ESTRATEGIAS DE IMPLEMENTACIÓN

Para capacitar a las y los servidores públicos se propone el siguiente modelo para cumplir con los objetivos de capacitación en materia de protección de datos personales

VERTIENTE	DESCRIPCIÓN	POBLACIÓN OBJETIVO	MODALIDAD
Formativa /institucional	Relativa a la sensibilización sobre el derecho a la protección de datos personales	Todas las y los servidores públicos que traten datos personales.	En línea a través de correo electrónico.
Al puesto	Relativa a las necesidades específicas de cada puesto de acuerdo con las funciones y responsabilidades	Las y los servidores públicos que traten datos personales Enlaces en materia de protección de datos personales.	En línea a través de correo electrónico.

## Esquema de cursos de capacitación diferenciada

VERTIENTE	CURSO	POBLACIÓN OBJETIVO	HRS	MODALIDAD
Formativa/institucional	Sensibilización para la Transparencia y la Rendición de Cuentas	Todas las y los servidores públicos que traten datos personales.	5 HRS	En línea a través de correo electrónico
Formativa/institucional	Introducción a la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de	Todas las y los servidores públicos que traten datos personales.	6 HRS	En línea a través de correo electrónico
Al puesto	Campañas de difusión en materia de protección de datos personales.	Todas las y los servidores públicos del INPer.	PERMANENTE	En línea a través del correo electrónico

## 12. PROGRAMAS DE CAPACITACIÓN

A continuación, se presenta la propuesta de cursos de capacitación en materia de Protección de Datos Personales, cabe destacar que de acuerdo con las características del INPer se pretende adherirse a cursos establecidos por el INAI.

**Nombre del curso:** Sensibilización para la Transparencia y la Rendición de Cuentas.

**Duración:** 6 horas

**Objetivo:** Sensibilizar al personal del Instituto Nacional de Perinatología sobre el derecho a la protección de los datos personales pasando por la revisión política, jurídica e histórica.

<b>Temario del curso</b>	El contexto nacional mexicano y el desarrollo del derecho humano a la información y la protección de la privacidad
	<p>I. Modelos políticos antiguo y medieval de información cerrada</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El <i>Arcana Imperii</i> y el <i>secreto del poder político</i>.</li> <li>• El <i>Arcana Ecclesiae</i> y el carácter sagrado de la información.</li> </ul> <p>II. Modelo antiguo de publicidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Isonomía.</li> <li>• Isegoría.</li> <li>• Democracia y ciudadanía en el mundo antiguo.</li> </ul> <p>III. El Estado y la razón de Estado.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El argumento de Maquiavelo.</li> <li>• El argumento de Thomas Hobbes.</li> <li>• Crítica de la razón de Estado.</li> </ul> <p>IV. El surgimiento del moderno derecho a la información.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El fundamento liberal de la publicidad.</li> <li>• El Estado liberal mandatario.</li> <li>• El valor de la privacidad.</li> </ul>
<b>Perfil de los participantes</b>	Para todas la personas servidoras públicas.
<b>Coordinación del curso</b>	La Unidad de Transparencia difundirá mediante diversos medios: correos electrónicos, oficios, tableros de difusión la invitación para que puedan los servidores públicos puedan acceder al curso en línea mediante la plataforma del CEVINAI.

**Nombre del curso:** Introducción a la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados.

**Duración:** 6 horas

**Objetivo:** Con la intención de que los servidores públicos del INPer puedan contar con las bases que les permitan cumplir con la emisión, disposición y en su caso conocer los elementos con los que deben contar los responsables en materia de protección de datos personales.

<b>Temario del curso</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Disposiciones Generales</li> <li>2. Principios y deberes</li> <li>3. Derechos de los titulares y su ejercicio</li> <li>4. Relación del responsable y encargado</li> <li>5. Comunicaciones de datos personales</li> <li>6. Acciones preventivas en materia de protección de datos personales</li> <li>7. Responsables en materia de protección de datos personales en posesión de los sujetos obligados</li> <li>8. Organismos garantes</li> <li>9. De los procedimientos de impugnación en materia de protección de datos personales</li> <li>10. Facultad de verificación del Instituto y los organismos garantes</li> <li>11. Medidas de apremio y responsabilidades</li> </ol>
<b>Perfil de los participantes</b>	Servidores públicos del INPer que realicen actividades de registro, resguardo, uso, acceso, divulgación y transparencia de datos personales.
<b>Coordinación del Curso</b>	La Unidad de Transparencia difundirá mediante diversos medios: correos electrónicos y oficios la invitación para que puedan los servidores públicos acceder al curso en línea mediante la plataforma del CEVINAI.

### 13. ACCIONES DE DIFUSIÓN

El INPer con el fin de lograr una mayor comprensión del tema y el desarrollo de mecanismos y habilidades para poder fortalecer el mejor tratamiento de datos personales, llevará a cabo una campaña de difusión por diversos medios (correo electrónico y oficios), donde se establecerán tanto la definición como los objetivos, principios y herramientas en materia de datos personales.





VERTIENTE	OBJETIVO DE LA DIFUSIÓN	POBLACIÓN OBJETIVO	CATEGORIAS TEMATICAS A DIFUNDIR	MECANISMOS DE DIFUSIÓN
Al puesto	Que los servidores públicos del INPer adquieran conocimientos, mecanismos y habilidades que favorezcan el trato de datos personales.	Todos los servidores públicos del INPer.	Definición de Protección de datos personales. 2. Conceptos básicos. 3. Objetivos. 4. Principios. 5. Mecanismos y Herramientas.	Correos electrónicos Oficios

## 14. CALENDARIO

El siguiente calendario estará sujeto a diversos cambios debido a las circunstancias que se presenten.

CURSO/ DIFUSIÓN	MES	DIAS	TOTAL, MENSUAL
Sensibilización para la Transparencia y la Rendición de Cuentas	Agosto	Del 1 de agosto al 31 de agosto	31 días
Introducción a la Ley General de Protección de Datos Personales en Posesión de Sujetos Obligados.	Septiembre	Del 1 de septiembre al 30 de septiembre	30 días
Difusión en materia de protección de datos personales	Octubre, noviembre y Diciembre	5 primeros días de cada mes	1 vez al mes

