

Violentómetro

...Sí, la violencia también se mide



SRE

SECRETARÍA DE
RELACIONES
EXTERIORES



www.gob.mx/proteccionconsular

Instituto Politécnico Nacional
Unidad Politécnica de Gestión
con Perspectiva de Género

www.genero.ipn.mx

Reg. No. 03-2009-120211370900-01
Reg. No. 03-2013-090510414900-01



Descarga nuestra app
Test Violentómetro

¡Necesitas ayuda profesional!

*¡Reacciona!
No te dejes destruir*

*¡Ten cuidado!
La violencia aumentará*

| | |
|----|---|
| 0 | Bromas hirientes |
| 1 | Chantajear |
| 2 | Mentir, engañar |
| 3 | Ignorar, ley del hielo |
| 4 | Celar |
| 5 | Culpabilizar |
| 6 | Descalificar |
| 7 | Ridiculizar, ofender |
| 8 | Humillar en público |
| 9 | Intimidar, amenazar |
| 10 | Controlar, prohibir (amistades, familiares, dinero, lugares, apariencia, actividades, celular, mails y redes sociales) |
| 11 | |
| 12 | Destruir artículos personales |
| 13 | |
| 14 | Manosear |
| 15 | Caricias agresivas |
| 16 | Golpear "jugando" |
| 17 | Pellizcar, arañar |
| 18 | Empujar, jalonear |
| 19 | Cachetear |
| 20 | Patear |
| 21 | Encerrar, aislar |
| 22 | Amenazar con objetos o armas |
| 23 | Amenazar de muerte |
| 24 | Forzar a una relación sexual |
| 25 | |
| 26 | Abuso sexual |
| 27 | Violar |
| 28 | Mutilar |
| 29 | ASESINAR |
| 30 | |