

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

*¡Ten cuidado!
La violencia aumentará*

*¡Reacciona!
No te dejes destruir*

*¡Necesitas ayuda
profesional!*

- 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
- 30 **ASESINAR**