

Violentómetro

Programa Institucional de Gestión con Perspectiva de Género del IPN

No importa en qué nivel te identifiques,
la violencia no es normal, deténla ¡infórmate!

Línea Vida sin violencia
01-800-911-25-11

**GOBIERNO
FEDERAL**



**INSTITUTO NACIONAL
DE LAS MUJERES
MÉXICO**



**¡TEN CUIDADO!
LA VIOLENCIA AUMENTARÁ**

**¡REACCIONA! NO
TE DEJES DESTRUIR**

**¡NECESITAS AYUDA
PROFESIONAL!**

Bromas hirientes	0
Chantajear	1
Mentir / Engañar	2
Ignorar / Ley del hielo	3
Celar	4
Culpabilizar	5
Descalificar	6
Ridiculizar / Ofender	7
Humillar en público	8
Intimidar / Amenazar	9
Controlar / Prohibir (amistades, familiares, dinero, lugares, vestimenta, apariencia, actividades, mails, celular, etc.)	10
	11
Destruir artículos personales	12
Manosear	13
Caricias agresivas	14
Golpear "jugando"	15
Pellizcar / Arañar	16
Empujar / Jalonear	17
Cachetear	18
Patear	19
Encerrar / Aislar	20
	21
Amenazar con objetos o armas	22
	23
Amenazar de muerte	24
	25
Forzar a una relación sexual	26
	27
Abuso sexual	27
	28
Violar	28
	29
Mutilar	29
	30
ASESINAR	30