MACHISTÓMETRO

El machismo afecta significativamente la calidad de vida de muchas mujeres, llegando incluso a ser mortal. ¡Cada señal y manifestación de machismo, por más pequeña que sea, provoca daño y debe ser tomada en serio!

Servicios de atención VBG y violencia sexual

Directorio del Módulo de Atención Integral Especializada (MAIE)

Toma acción, busca apoyo, y protege tu bienestar.

¡Tienes derecho a una vida sin miedo y sin violencia!

MACHISTÓMETRO

El machismo afecta significativamente la calidad de vida de muchas mujeres, llegando incluso a ser mortal. ¡Cada señal y manifestación de machismo, por más pequeña que sea, provoca daño y debe ser tomada en serio!

Servicios de atención VBG y violencia sexual

Directorio del Módulo de Atención Integral Especializada (MAIE)

Toma acción, busca apoyo, y protege tu bienestar.

¡Tienes derecho a una vida sin miedo y sin violencia!

Te calla y/o grita.	No cree que eres competente.	Hace bromas hirientes.	Controla tu aspecto.	Es celoso y controlador.
Desconfía de ti siempre.	Te culpa por todo.	Usa el chantaje emocional.	Quiere saber dónde estás todo el tiempo.	Te ridiculiza en encuentros sociales.
Controla tu celular y actividades.	Te presiona a estar solo con él.		Te deja las tareas afectivas y domésticas.	Te maltrata de cualquier forma.
Se enfada y reacciona de forma desproporcionada.	No permite que expreses tus pensamientos.	Desprecia tu opinión y te desacredita.	Recurre a la violencia.	Prohíbe que tomes decisiones financieras.
Te aisla de personas queridas.	Se impone sobre ti con fuerza física.	Te obliga a tener relaciones sexuales no deseadas.	Es territorial contigo.	Te amenaza (de muerte).

BINGO

Usa esta herramienta práctica y didáctica para reflexionar e identificar las señales de machismo en tus relaciones y entorno.

¡Recuerda que estos comportamientos son inaceptables y dañinos!