

# Violentómetro Bortxametroa

...Sí, la violencia también se mide ...Bai, bortxakeria ere neurtu egiten da

**UNIDAD DE IGUALDAD  
BERDINTASUNERAKO UNITATEA**  
[www.unavarra.es/unidad-igualdad/](http://www.unavarra.es/unidad-igualdad/)  
[unidadigualdad@unavarra.es](mailto:unidadigualdad@unavarra.es)  
948 16 62 99

Reg. No. 03-2009-120211370900-01

Reg. No. 03-2013-090510414900-01

**¡Reacciona! No te dejes destruir**  
iTen cuidado, la violencia aumentará!  
iReakzionatu! Ez utzi suntsi zaitzaten  
Kontuz, bortxakeria areagotu egingo da!

**¡Necesitas ayuda profesional!**  
Erreakzionatu! Ez utzi suntsi zaitzaten  
Kontuz, bortxakeria areagotu egingo da!

**¡Necesitas ayuda profesional!**  
Erreakzionatu! Ez utzi suntsi zaitzaten  
Kontuz, bortxakeria areagotu egingo da!

0	
1	Bromas hirientes Broma garratzak
2	Mentir, engañar Gezurra esatea, engainatzea
3	Ignorar, ley del hielo Jaramonik ez egitea, izotzaren legea
4	Tener celos Bekaitz izatea
5	Culpabilizar Errua botatzea
6	Ridiculizar, ofender Irrigarri uztea, iraintzea
7	Intimidar, amenazar Larderiitzea, mehatxatzea
8	Controlar, prohibir (amistades, familia, dinero, lugares, móvil, vestimenta, apariencia, actividades, mails)
9	Kontrolatzea, debekatzea (adiskideak, familia, dirua, tokiak, mugikorra, janzkera, itxura, jarduerak, emailak)
10	
11	
12	Destruir artículos personales Norberaren gauzak suntsitzea
13	Manosear Eskuztatzea
14	Caricias agresivas Fereka oldarkorak
15	Golpear "jugando" "Jolasean" jotzea
16	Pellizcar, arañar Atximur egitea, atzamar egitea
17	Empujar Bultza egitea
18	Dar tortas Zartakoak ematea
19	Patear Ostikoz jotzea
20	Encerrar, aislar Ixtea, isolatzea
21	
22	Amenazar con objetos o armas Objektu edo armekin mehatxatzea
23	Amenazar de muerte Herio mehatxua egitea
24	Forzar a una relación sexual Sexu harremana izatera behartzea
25	Abuso sexual Sexu gehiegikeriak egitea
26	Violar Bortxatzea
27	Mutilar Mutilatzea
28	
29	<b>ASESINAR ERAILTzea</b>
30	