

## 4) Los Temperamentos y Morfologías Hipocráticas

### Los orígenes de la teoría de Hipócrates.

“Por lo tanto, primero déjame informarte acerca de todo lo que hay en esas cuatro raíces: Zeus el resplandeciente; Hera, la que trae vida, Aídoneus, y Nestis quien en sus lágrimas está derramando para el hombre una fuente de vida”.

De este modo enseñaba el filósofo griego Empédocles (495-425 a.C.) su teoría sobre los cuatro elementos básicos del Universo, cada uno de ellos asociado a sus cualidades... cada cual asociado a su Dios: Zeus es el fuego, Hera es el aire, Aídoneus es la tierra y Nestis es el agua.

Más tarde, el conocido como “Padre de la Medicina”, Hipócrates de Cos, amplió esta teoría de Empédocles asegurando que la salud del hombre dependía del equilibrio entre los cuatro líquidos o humores que lo conformaban: sangre, bilis amarilla, bilis negra y flema. Además, sostenía que cada persona tenía una disposición diferente de estos humores en su cuerpo, siendo siempre dominante uno de ellos. La calidad de estos humores variaba también dependiendo de la época del año, de modo que Hipócrates hizo una correlación entre los distintos humores, sus cualidades, el tipo humano asociado a cada uno y la estación del año en la que predominaba cada cual:

Elemento	Cualidades	Humor	Tipo	Estación
Aire	Caliente/Húmedo	Sangre	Sanguinario	Primavera
Fuego	Caliente/Seco	Bilis Amarilla	Colérico	Verano
Tierra	Fría/Seca	Bilis Negra	Melancólico	Otoño
Agua	Fría/Húmeda	Flema	Flemático	Invierno

A Hipócrates se le atribuye la asociación de los humores con las distintas personalidades del hombre, si bien estuvo más dedicado mayormente a la medicina propiamente dicha, a la relación de los humores con las enfermedades, más que a la psicología. Pero su teoría se fue desarrollando y completando por otros y no se pudo menos que considerarle pilar de tal doctrina.

Así asociaba Platón (427-347 a.C.) los humores con el comportamiento del hombre:

“La verdad es que la intemperancia del amor es una enfermedad del alma que es debida principalmente a la humedad y la viscosidad que es producida en uno de los elementos por la poca consistencia de los huesos”.

“Porque ningún hombre es malo voluntariamente; sino que los malos llegan a ser así debido a una disposición mala del cuerpo, y la mala educación; cosas que son desagradables pero que acontecen a cada hombre en contra de su propia voluntad”.

“Porque donde el ácido y salado flema y otros humores amargos y biliosos vagan en el cuerpo sin encontrar salida ni escape, sino que están encerrados allí y mezclan sus propios vapores con la moción del alma, y son mezclados...siendo llevados a los tres lugares del alma...ellos ocasionan

una variedad infinita de mal humor, estado melancólico, imprudencia y cobardía, el ser olvidadizo y los estados de estupor”.

También su discípulo Aristóteles creía que los estados del alma tenían un origen físico. Asociaba la sangre espesa y caliente con la fuerza, y la sangre fluída y fría con la inteligencia. En la época de la expansión romana, fue Claudio Galen de Pérgamo (130-200 d.C.) quien desarrolló y contribuyó al apogeo de las teorías de Hipócrates.

“Los que son más calurosos también son más peludos e irascibles... Si sus muslos manifiestan pelo denso entonces son muy lujuriosos... Pero si alguien tiene mucho pelo sobre su pecho, no es que su cuerpo sea necesariamente más caluroso, porque la mayor parte de su calor está en su corazón y por eso él es más apasionado... Pero si su piel es sin pelo, lisa y blanca, entonces viene a ser cobarde, tímido y pasivo”.

Galen comienza a asociar el temperamento del hombre con sus características fisiológicas. De ahí la palabra misma “temperamento” deriva de “temperamentum” que significa “mezcla correcta”, expresivo de la idea de que el carácter deriva de la equilibrada disposición de los líquidos o humores que conforman el cuerpo.

### **Hipócrates de Cos.**

“La salud del hombre es un estado dado por la naturaleza, la cual no emplea elementos extraños sino una cierta armonía entre el espíritu, la fuerza vital y la elaboración de los humores.” – Hipócrates-

El maestro de médicos nació en la isla de Cos (Mar Egeo), en el año 460 a.C. Médico, hijo de médicos-sacerdotes de Asclepio, viajó por toda Grecia propagando su sabiduría y siendo considerado como un gran clínico. A él se atribuye el llamado “Cuerpo hipocrático”, compilación de tratados y aforismos recopilados por la escuela médica de Cos, y el famoso “Juramento Hipocrático” que aún pervive tras más de 2.500 años y que es pronunciado durante la ceremonia de graduación por los estudiantes de Medicina, como modelo de código de moral ética para los médicos.

Hipócrates consideraba la Medicina todo un arte, más que ciencia, y sus conocimientos, basados en la observación y la experiencia, comprenden toda una auténtica filosofía.

“La vida es corta, el camino del arte largo, el instante fugaz, la experiencia engañosa y el discernimiento problemático.”

Su estudio de los cuatro elementos básicos del universo (tierra, agua, fuego y aire), le llevó a identificar éstos con los cuatro líquidos o humores que conformaban el cuerpo humano (sangre, flema, bilis amarilla y bilis negra). La salud del hombre, según el maestro, dependía de la adecuada temperatura y equilibrio de estos cuatro elementos.

“Una ciudad que encuentra expuesta a los vientos calientes – es decir, aquellos que soplan entre la salida y la puesta del sol en invierno – cuando se haya expuesta a ellos y protegida de los vientos del norte, piedra bosques son abundantes y salobres, y deben encontrarse cerca de la superficie, calientes en verano y frías en invierno. La cabeza de sus habitantes se mantiene húmeda y llena de flema, y estos sufren de trastornos en sus órganos digestivos por la flema eligiera de la cabeza. La mayoría tiene un físico más bien enfermizo, y de mal y beben mal. Pues los hombres de cabezas débiles beben poco, ya que los efectos posteriores son más perturbadores para ellos.”

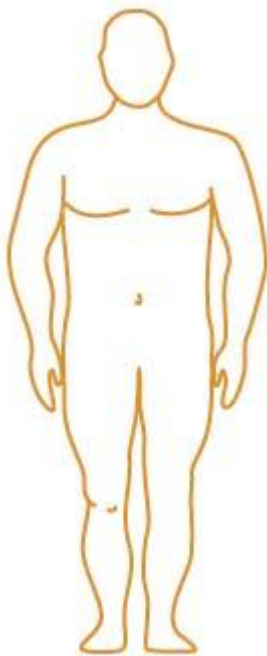
“Pero la siguiente en la condición de las ciudades en situación opuesta, que enfrentan los vientos fríos que soplan desde la salida hasta la puesta del sol en verano, prestando habitualmente expuestas a dichos vientos, pero protegidas de los vientos calientes y del sur. Primero, las aguas de la región son generalmente duras y frías. Los nativos serán fibrosos y frugales, y en la mayoría de los casos los órganos digestivos son estreñidos y duros en sus partes inferiores, pero más relajados en las superiores. Serán biliosos más bien que flemáticos. La cabeza saludable y fuerte, pero en la mayoría de los casos tienen una tendencia a las laceraciones internas.”

Los cuatro humores, su disposición, su equilibrio, su exposición a las diferentes temperaturas en distintas épocas del año, conformaban para Hipócrates la naturaleza del hombre, determinaban sus posibles enfermedades y, por tanto, el aspecto físico y predisposición de la personalidad. Es el origen de la teoría de los cuatro temperamentos: Sanguíneo, bilioso, nervioso y linfático.

Hipócrates de Cos murió en Larisa (Tesalia) en el año 377 a.C.

### Los Cuatro Temperamentos

La trayectoria que marcó Hipócrates con su clasificación de los cuatro humores, fue posteriormente, como hemos visto, asociada a aspectos físicos y, como derivación, a aspectos de la personalidad. Tachada muchas veces de desfasada, ha llegado hasta nuestros días, adaptada a la Grafología por el médico francés Periot, esta clasificación de los tipos hipocráticos.



**Sanguíneo:** para Hipócrates el predominio de la sangre en el cuerpo da lugar a un físico robusto, bien desarrollado, de amplia frente, labios carnosos y expresiva mirada. En definitiva, una presencia inconfundible que se hace notar.

Este notorio físico acompaña a un carácter fuerte y dinámico, una mente en constante maquinación de proyectos, inquieta. De natural optimista, con furtivos momentos de pesadumbre y enfados estrepitosos que son superados con rapidez.

La característica indiscutible del sanguíneo es su sociabilidad: líder carismático, al que halaga ser el centro de atenciones, suele, por su natural extrovertido y comunicativo, ser el directivo por naturaleza. Su habilidad de contacto social, unida a su natural sensibilidad le convierte en un ser empático y buen oyente, aunque, en ocasiones, podría conducir a actitudes un tanto despóticas e incluso dictatoriales, dado su interés avasallador.

#### *Morfología Sanguínea*

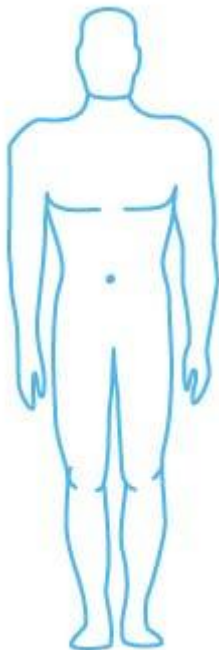
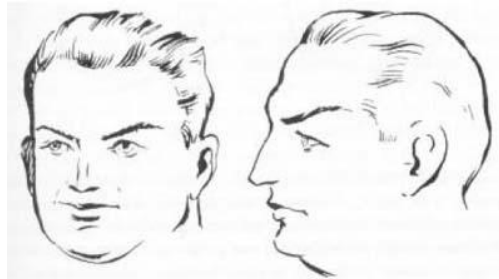
- \* Siente fascinación por la comida. Le encanta comer y es feliz comiendo
- \* Le gusta todo
- \* Cuando tiene un problema emocional se le pasa comiendo.
- \* Comienza las dietas: los lunes.
- \* Carácter: alegre, jovial, es amante de la familia, muy amiga de sus amigos.
- \* Piel: sonrosadita, nunca se pone morena, tiene que llevar mucha protección al sol.
- \* Queratina: clara ( pelo, cabello, ojos, piel).

Mujer

- \* Aspecto corporal: muy femenino, robusto, tendencia a engordarse, (pecho abundante, caderas anchas, piernas y muslos voluminosos).
- \* Celulitis: edematosa (por toda la pierna). Estrías en pubertad.

## Hombre

- \* Aspecto corporal: robusto con tendencia al sobrepeso generalizado. Su piel también es clara y su aspecto sonrosado, suda mucho, no soporta la ropa de abrigo ni estar en sitios cerrados, le encanta disfrutar de la naturaleza. Tendencia a problemas cardiovasculares, cuidado con la grasa abdominal.



**Bilioso:** En el tipo bilioso predomina la bilis, el equilibrio en sus facetas tanto físicas como caracterológicas. Tipo esbelto, con rostro predominantemente anguloso en el que destaca una mirada profunda y penetrante; serio, de gestos firmes y mesurados. La fundamental característica de su carácter es la reflexión, de intelecto ágil pero seguro, analítico, de inmensa inquietud por profundizar en pensamientos e ideas. Realista, se rige siempre por la razón. De actitud fría y distante, se distingue por su sobriedad, no se emociona ni entusiasma fácilmente con proyectos sin dar tiempo a su necesaria reflexión y análisis; ahora, una vez tomada su decisión, es difícil que la varíe. De carácter básicamente introverso e individualista, toma las relaciones sociales como un deber; en cuanto a los afectos, su moderación y sobriedad le llevan a comedirse, controlando sus sentimientos y emociones, evitando las manifestaciones afectivas.

### *Morfología Biliosa*

Excluye por naturaleza los alimentos grasos, tendencia al estreñimiento o colitis. Dependiendo de su estado anímico.

Cuando le afecta algún problema " el estómago se le cierra" y se queda inapetente.

Aspecto corporal: envidiable (le encanta cuidarse) es muy exigente consigo mismo y con los demás.

Piel: fuerte, se broncea con facilidad. Tendencia las manchas cutáneas o/ y a la seborrea o acné. Puede tener las dos tipologías de piel dependiendo de la actividad del sistema hepato-biliar.



**Nervioso:** En el tipo hipocrático nervioso predominan los nervios, y, contrariamente al equilibrio apreciado en el bilioso, en éste destacamos el desequilibrio y la desproporción en sus facetas tanto físicas como caracterológicas. En el nervioso suele destacarse la delgadez, el rostro afilado y pálido y la mirada vivaz a la vez que soñadora.

La ambivalencia extroversión-introversión también es característica propia de este tipo hipocrático, aunque suele haber una tendencia hacia la introversión. Seres intuitivos, creativos, su vivacidad les hace inquietos y temerosos de la rutina, y su emotividad provoca que antepongan el sentimiento ante la razón. Su nervio les hace actuar por impulsos y tan pronto se vuelcan en una actividad frenética, como se rinden a la tranquila rutina.

En las relaciones sociales dan al entorno lo que de él reciben; si reciben afecto, si el ambiente es agradable, serán seres abiertos, comunicativos y, por contrario, si el entorno les desagradan, pueden ser ariscos y desconfiados. Por lo tanto, apreciamos que los temperamentos nerviosos son difícilmente encajables, tanto social como laboralmente, en el entorno pero a su vez, paradójicamente, tremendamente versátiles.

### *Morfología Nerviosa*

Órgano predominante: sistema nervioso.

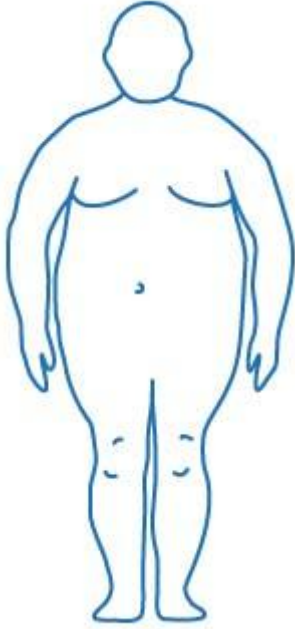
Esta persona es delgada y escurridiza (sin formas), todo en ella funciona muy rápido

Piel: La piel es fuerte y con tendencia al envejecimiento y a la hiperqueratosis (piel de lagarto).

Come poca cantidad y tiene espasmos estomacales.

Tendencia a cólicos nefríticos.





**Linfático:** Se desarrolla en las linfas. Físicamente destaca por su obesidad, sus movimientos lentos y su aparente pasividad, que les hace inalterables ante cualquier circunstancia y por lo tanto, amantes de la rutina, del automatismo. Se caracterizan por su capacidad analítica y memorística y, aunque su ritmo de vida o trabajo tienda a ser lento, son regulares y metódicos.

Socialmente son de trato agradable y tranquilo, aunque no suelen ser expresivos en lo que a afectividad se refiere. Su tendencia es a la introversión y a un aislamiento que puede rayar a veces en egocentrismo. Son personas adaptables y sumisas; si encuentran su lugar y se acomodan a él, difícilmente querrán cambiarlo.

#### *Morfología Linfática*

Órgano predominante: circulación linfática.

Esta persona es todo linfa, y está hinchada. Todo en ella funciona muy lento y el aspecto corporal lo define el líquido intersticial que se acumula en su cuerpo. Se orina poco, pero por la noche la diuresis es más frecuente.

Para el linfático/a es muy difícil perder peso, lo hace muy lentamente, pero ganar peso es muy fácil, así que tiene que tener mucha paciencia.

Las piernas las tiene con “elefantiasis” y son dolorosas.

A nivel hormonal: las suprarrenales sintetizan mucha cortisona, de ahí la tendencia también a retener líquidos.

