

# LOS TEMPERAMENTOS HIPOCRÁTICOS

## 1 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, Aĩdoneus, 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, Aĩdoneus 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.

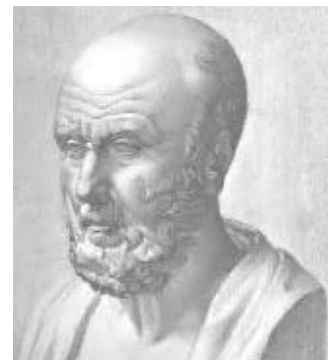
*"Los que son más calurosos también son más peludos e irascibles... Si sus muslos manifiestan pelo denso entonces son muy lujuriosos... Pero si alguien tiene mucho pelo sobre su pecho, no es que su cuerpo sea necesariamente más caluroso, porque la mayor parte de su calor está en su corazón y por eso 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.

## 2 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."*

(Tratado de los aires, las aguas y los lugares, Hipócrates; siglo V a.C.)

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.

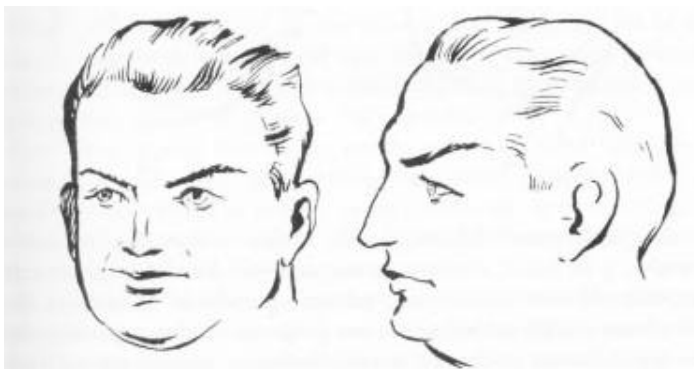
### **3 Los cuatro temperamentos y sus características grafológicas asociadas.**

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.

Vamos ahora a analizar con detenimiento las características tanto físicas como psíquicas de cada uno de los cuatro temperamentos, así como los rasgos grafológicos asociados a cada tipo:

**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.



#### Características grafológicas del tipo sanguíneo:

- Tamaño: escritura generalmente grande.

- Forma: predominio de la curva, ampulosidad de formas y mayúsculas adornadas.
- Presión: firme o en relieve.
- Velocidad: rápida.
- Inclinación: escritura inclinada hacia la derecha.
- Dirección: generalmente ascendente.
- Cohesión: escritura ligada o agrupada.
- Orden: Separación entre líneas, buen aprovechamiento de espacios.
- Firma: de escritura grande, con rúbrica ampulosa situada a la derecha del texto.

**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.



#### Características grafológicas del tipo bilioso:

- Tamaño: escritura pequeña, decreciente dentro de la palabra.
- Forma: Sobriedad y simplificación; predominio del ángulo (Para Xandró, la forma de su escritura “pincha” al igual que su mirada.)
- Presión: firme.
- Velocidad: mesurada o rápida.
- Inclinación: verticalidad o ligeramente inclinada a la derecha.
- Dirección: rectitud de línea, cierta rigidez.
- Cohesión: escritura agrupada.
- Orden: márgenes ordenados, condensación de texto.

- Firma: de escritura normal a pequeña, con escasa rúbrica o sin ella, y situada en el centro o ligeramente a la derecha del texto.

**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 desagrada, 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.



#### Características grafológicas del tipo nervioso:

- Tamaño: normal.
- Forma: Movilidad y variabilidad en las formas. Suelen aparecer trazos filiformes.
- Presión: Firme, aunque con irregularidades.
- Velocidad: Suele predominar la rapidez o incluso la precipitación del trazo
- Inclinación: Invertida o variable, con oscilaciones.
- Dirección: Oscilante.
- Cohesión: Agrupada o desligada.
- Orden: Márgenes desiguales. Movilidad en el conjunto del texto.

- Firma: Con trazos angulosos, generalmente ilegible y situada en el centro o a la izquierda del texto.

**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.



#### Características grafológicas del tipo linfático:

- Tamaño: escritura normal, pequeña o grande.
- Forma: predominio de la curva y las redondeces; sencilla; personalizada o caligráfica.
- Presión: trazo pastoso.
- Velocidad: lenta o mesurada.
- Inclinación: puede ser recta, inclinada o invertida.
- Dirección: puede darse la dirección descendente o cierta rectitud un tanto forzada.
- Cohesión: desligada o agrupada.
- Orden: márgenes ordenados. Monotonía en el conjunto.
- Firma: grande, bien rubricada; situada a la izquierda del texto y alejada de él.