

		No		A veces				Generalmente	
1		0	1	2	3	4	5	6	
1	Tiendo naturalmente a hacer las cosas de manera lenta y descansada.	0	1	2	3	4	5	6	
2	Aumento de peso con más facilidad que la mayoría y soy más lento para perderlo.	0	1	2	3	4	5	6	
3	Tengo un carácter plácido y tranquilo. No me altero con facilidad.	0	1	2	3	4	5	6	
4	Puedo saltarme una comida sin molestias significativas.	0	1	2	3	4	5	6	
5	Tiendo al exceso de moco o flema, a la congestión crónica, el asma o los problemas sinusales.	0	1	2	3	4	5	6	
6	Necesito por lo menos ocho horas de sueño para estar cómodo al día siguiente.	0	1	2	3	4	5	6	
7	Duermo muy profundamente.	0	1	2	3	4	5	6	
8	Soy sereno por naturaleza y no me enfado con facilidad.	0	1	2	3	4	5	6	
9	No aprendo con tanta prontitud como otros, pero tengo excelente retención y muy buena memoria.	0	1	2	3	4	5	6	
10	Tiendo a engordar; acumulo grasas con facilidad.	0	1	2	3	4	5	6	
11	Me molesta el clima fresco y húmedo.	0	1	2	3	4	5	6	
12	Tengo el pelo grueso, oscuro y ondulado.	0	1	2	3	4	5	6	
13	Tengo la piel suave y tersa, con la tez algo pálida.	0	1	2	3	4	5	6	
14	Soy de contextura grande y sólida.	0	1	2	3	4	5	6	
15	Las siguientes palabras me describen bien; sereno, de carácter dulce, afectuoso y dado a perdonar.	0	1	2	3	4	5	6	
16	Soy de digestión lenta, lo cual hace que me sienta pesado después de comer.	0	1	2	3	4	5	6	
17	Tengo fuerza y buena resistencia física, además de un nivel parejo de energía.	0	1	2	3	4	5	6	
18	Mi forma de andar generalmente es lenta y medida.	0	1	2	3	4	5	6	

19	Tiendo a dormir demasiado, me despierto aturdido y por la mañana tardo en ponerme en movimiento.	0	1	2	3	4	5	6
20	Como con lentitud y soy lento y metódico en mis actos.	0	1	2	3	4	5	6