

Questionnaire de constitution

	VATA	PITTA	KAPHA
Structure	O grand ou petit Mince	O Dans la moyenne	O Corpulent, trapu
Charpente osseuse	O étroite et fin légère délicate, os et veines	O moyenne	O tranpue, robuste large
Epaules	O étroites, petites, voûtées	O moyennes, droites	O larges, épaisses
Bras	O fins, trop petits ou trop long	O moyens	O grands, épais, bien développés, ronds
Mains	O fines, sèches, petits, tremblantes, froides	O moyennes, chaudes, roses	O grandes, épaisses, fraîches, fermes
Doigts	O long ou petits et fins	O moyens	O larges et épais
Ongles	O petits, secs, fins fissures	O moyens, lisses, roses	O grands, épais, lisses, blancs, fermes
Articulations	O petites, fines, craquantes	O moyennes, douces, souples	O larges et épaisses
Poitrine	O fine, étroite, petites, peu développée	O moyenne	O large, grande, bien ou trop développée
Poids	O Léger	O moyen, musclé	O lourd
Tête	O petite, longue	O moyenne	O grande

Visage	O long et fin, petit	O cœur	O rond ou carré
Nez	O mince, long, petit, set et crochu	O moyen, pointu	O épais, rond, gras
Lèvres	O minces, petites, sèches foncées, tremblantes	O moyennes, douces, rouges, moites	O épaisses, grandes, grasses, lisses, fermes
Yeux	O petits, secs, actifs, cils fins	O précis, perçants, yeux en amande	O grands, cils longs et épais
Regard	O bruns ou noir fuyants ternes	O verts, bleus gris ou noisettes	O attractifs, yeux bleus ou marrons
Cou	O fin, long	O moyen, avec des plis	O court, épais quasi inexistant
Peau	O sèche, rugueuse, froide, fine	O douce, mixte, chaude, grains de beauté, de rousseur	O épaisse, douce, grasse, froide, lisse
Teint	O brun, terne, foncé mat	O Claire ou rouge, éclatant	O Blanc, pâle
Cheveux	O noirs, secs, bouclés, légers, rares, fins	O doux, fins, raides, roux, gris ou chauve rapidement	O Abondants épais, bruns, gras, brillants frisés
Dents	O saillantes, espacées, de travers	O gencives saignantes canines plus développées	O fortes, pleines, bien formées, blanches
Appétit	O variable, irrégulier	O bon, excessif	O peu mais stable
Boisson	O variable	O beaucoup	O léger
Elimination, Transit	O sec, dur, constipé flantulences	O abondant, défait, diarrhée, brûlure, jaunâtre	O modérées, solides, lourd, lent, mucus dans les selles

Urine	O Peu abondante, difficile, incolore	O abondante, jaune, rouge, brûlante	O modérée, blanchâtre laiteuse
Sueur	O très peu, inodore, chaude, odorante	O abondante acide	O modérée, froide
Activité physique	O irrégulière, hyper-actif, vif, rapide	O modérée, motivé, besoin d'un but	O lente, stable, noble, juste
Résistance maladies	O faible, variable	O moyenne, infections	O bonne, sujet aux congestions
Tendances aux maladies	O troubles nerveux, douleurs, troubles mentaux	O cœur, infection, inflammations de la peau	O poids en excès, rétention d'eau, mucosités
Esprit	O actif, agité, curieux, créatif	O précis, intelligent, logique	O calme, lent, lourdeur d'esprit
Tendances émotionnelles	O peur, insécurité	O agressif, irritable, anxieux, colère	O avide, jaloux
Emotions positives	Adaptabilité, enthousiasme, légèreté	Courage, stimulant, sympathique	Paisible, amour, tendresse, fidélité
Parole	O rapide, ininterrompue, chaotique, sèche	O précise, claire, incisif, blessant	O lente, monotone
Voix	O Rauque, basse ou fluette	O Chalereuse, forte, aigue	O Plaisante, profonde
Confiance	O stable, calme	O renonce, abandon, changeant	O déterminé, rangé
Dépenses	O gains et dépenses rapides et impulsives	O dépenses modérées et méthodiques	O dépense peu
Mémoire	O Rapide mais oublie vite. Auditive	O Bonne et précise. Visuelle	O Lente mais excellente

Rêve	O Fréquents, cours, vole, saute, peurs, déménagements	O Modérés. Fongueux, bataillant, passionné, coloré	O Rares. Rromantique, nage, flotte, rare
Sommeil	O léger, entrecoupé, agité	O court et profond, réparateur	O lourd, long excessif
Total =	VATA	PITTA	KAPHA