



THE BALANCE

Dependencia de benzodiazepinas y sedantes

Tratamiento privado

Una guía para personas y familias

Atención dedicada a un solo cliente a la vez

MALLORCA / ZURICH

Qué saber antes del tratamiento

- 01 La dependencia física puede aparecer incluso con un uso prescrito adecuado, mientras que la adicción implica pérdida de control y consumo continuado pese al daño.
 - 02 La suspensión abrupta puede causar abstinencia grave; cualquier reducción debe individualizarse, supervisarse médicamente y ajustarse según los síntomas y riesgos.
 - 03 THE BALANCE ofrece evaluación y tratamiento residencial privado para un solo cliente en Mallorca y Zúrich, con planificación coordinada de la atención continuada.
-

Un solo cliente

Una residencia privada y un equipo organizados en torno a usted.

Atención coordinada

Las disciplinas clínicas trabajan dentro de un plan individual.

Continuidad

Los siguientes pasos se consideran durante todo el tratamiento.

Comprender sus necesidades

La dependencia física no es lo mismo que la adicción

La dependencia física es una adaptación biológica esperable que puede producirse incluso cuando una benzodiacepina se toma exactamente según lo prescrito. Pueden aparecer síntomas de abstinencia si la dosis se reduce demasiado rápido. La adicción o el trastorno por uso de sedantes incluye un patrón más amplio de control deteriorado, uso compulsivo y uso continuado pese a los daños.

¿Qué medicamentos pueden estar implicados?

Las benzodiacepinas incluyen medicamentos como alprazolam, diazepam, lorazepam, clonazepam, temazepam y otros. La dependencia de sedantes también puede implicar fármacos Z utilizados para el insomnio, barbitúricos o combinaciones de varios medicamentos y sustancias.

Las marcas comerciales, formulaciones, semividas, equivalencias de dosis y disponibilidad difieren entre países. Se requiere una conciliación completa de la medicación. El cliente debe aportar recetas, registros de farmacia, envases, historial de dosificación e información sobre medicamentos obtenidos de más de un profesional clínico o fuera de la atención formal.

Evaluación antes de una recomendación

La evaluación y planificación del tratamiento considera el medicamento actual, la dosis, los horarios, la duración, el motivo de la prescripción, los intentos previos de reducción, los antecedentes de abstinencia, el consumo de alcohol y otras drogas, el embarazo cuando corresponda, los antecedentes neurológicos, el sueño, el dolor y los síntomas psiquiátricos.

El equipo también pregunta qué ocurre entre dosis y si la ansiedad o el insomnio reflejan la afección original, la abstinencia, síntomas de rebote, otro trastorno médico o psiquiátrico, o una combinación. Esta distinción puede influir en el ritmo y las prioridades del tratamiento.



Seguridad y entorno adecuado

Una reducción rápida o la suspensión repentina pueden provocar ansiedad intensa, insomnio, agitación, alteraciones sensoriales, temblor, confusión, cambios perceptivos, convulsiones, delirio u otras complicaciones graves. El riesgo varía según el medicamento, la dosis, la duración, el patrón de uso, la abstinencia previa, la salud física y las sustancias consumidas simultáneamente. Las dosis altas, una abstinencia previa complicada, convulsiones, delirio, enfermedad médica inestable, consumo grave de múltiples sustancias, embarazo o abstinencia simultánea de alcohol u otros sedantes pueden requerir un entorno hospitalario o especializado con manejo médico.

Atención centrada en usted

Reducción individualizada y basada en decisiones compartidas

Las orientaciones multidisciplinares recientes subrayan que la reducción debe individualizarse y basarse en la toma de decisiones compartida. El ritmo puede necesitar ralentizarse, pausarse o modificarse en respuesta a los síntomas y al riesgo. Algunas personas requieren un proceso largo en lugar de una abstinencia residencial rápida.

Una estancia residencial privada puede apoyar la evaluación, la estabilización, la fase inicial de un plan o el tratamiento de problemas concurrentes. No debe presentarse como prueba de que toda dependencia pueda resolverse en un número predeterminado de días.

Tratamiento psicológico y dependencia

La psicoterapia no elimina la abstinencia fisiológica, pero puede ayudar con el miedo, las interpretaciones catastróficas, el insomnio, la evitación, las estrategias de afrontamiento, el trauma y los comportamientos relacionados con el uso de medicamentos. El enfoque no debe implicar que los síntomas sean «solo psicológicos».

El tratamiento también puede abordar la búsqueda de recetas a través de varios profesionales clínicos, el secretismo, el uso como escape emocional o el miedo a funcionar sin el medicamento. Una relación terapéutica basada en la colaboración suele ser más útil que la confrontación o la vergüenza.

De la evaluación a un plan compartido

La recomendación explica el entorno propuesto, las prioridades, el equipo y el ritmo, y cómo se revisará el plan con usted.

La experiencia de atención

Un entorno tranquilo y privado puede ofrecer espacio para el tratamiento, el descanso y la reflexión. La residencia, los horarios y el apoyo práctico se organizan para un solo cliente a la vez.



Un lugar privado para hacer una pausa

Espacio personal, coordinación discreta y un ritmo diario adaptado a las necesidades clínicas.

Atención con espacio para recuperarse

Las citas individuales se equilibran con descanso, comidas, movimiento y tiempo para procesar lo vivido.

Apoyo práctico

Un gestor personal de atención ayuda a coordinar los horarios y las necesidades cotidianas.

Imágenes del equipo y de la residencia del manual de admisiones de THE BALANCE. La residencia se confirma individualmente.

Mallorca

Atención residencial privada en un entorno insular reparador.

Zúrich

Atención residencial privada con coordinación clínica suiza.

Londres

Apoyo seleccionado para evaluación, transición y continuidad de la atención.

De la evaluación a la vida cotidiana

01 **Una conversación confidencial**

Admisiones escucha sus circunstancias y explica la revisión clínica.

02 **Evaluación y recomendación**

El equipo considera la idoneidad, las prioridades, el entorno y el plan individual.

03 **Tratamiento personalizado**

La atención se revisa y adapta a los cambios en sus necesidades y capacidad.

04 **Transición y atención continuada**

Un traspaso conecta el tratamiento con las personas, rutinas y apoyos necesarios en casa.

Prepararse para volver a casa

Una reducción o revisión de la medicación puede continuar durante meses después de la fase residencial. El plan de alta debe identificar al prescriptor responsable, el acceso a la farmacia, la monitorización, la atención psicológica, el tratamiento del sueño, los preparativos de viaje y qué hacer si los síntomas empeoran. Las normas sobre prescripción transfronteriza y medicamentos controlados varían. No puede asumirse que las citas internacionales por vídeo permitan una prescripción legal en cualquier lugar al que viaje el cliente. Consulte Atención continuada internacional.

Considerar el siguiente paso

¿La dependencia de benzodiazepinas es lo mismo que la adicción?

No. La dependencia física puede desarrollarse durante un uso prescrito adecuado. La adicción implica un patrón más amplio de control deteriorado y uso continuado pese al daño. Una evaluación cuidadosa permite diferenciarlas.

¿Puedo dejar las benzodiazepinas de forma repentina?

Dejarlas de forma repentina puede ser peligroso y causar una abstinencia grave, incluidas convulsiones o delirio. Cualquier cambio debe planificarse con un prescriptor debidamente cualificado.

¿Cuánto tiempo lleva una reducción gradual de benzodiazepinas?

No existe un plazo universal. El medicamento, la dosis, la duración, la abstinencia previa, otras sustancias, los síntomas y el riesgo médico son factores importantes. Algunas reducciones requieren un proceso ambulatorio prolongado.

¿Puede completarse una reducción gradual durante el tratamiento residencial?

A veces, una fase residencial puede facilitar la evaluación, la estabilización o parte de una reducción gradual. No debe asumirse que toda dependencia puede resolverse de forma segura durante una única estancia de duración fija.

Comience con una conversación

Hable en privado con Admisiones sobre sus circunstancias y las opciones disponibles. Una consulta no implica obligación de continuar.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Página completa de la condición

Si usted u otra persona está en peligro inmediato, busque atención de urgencia local. No espere una admisión habitual ni un viaje.

Información general; la atención individual se determina tras la evaluación.