THE BALANCE

Trauma + Adicción

Tratamiento privado

Una guía para personas y familias

Atención dedicada a un solo cliente a la vez

Mallorca, Zúrich, Londres
Atención residencial individual

Español / Septiembre de 2026

01 / QUÉ SABER ANTES DEL TRATAMIENTO

Qué saber antes del tratamiento

01 El trauma y la adicción pueden estar interrelacionados cuando sustancias o conductas compulsivas se utilizan para manejar malestar, estrés crónico o desregulación.

02 La atención integrada prioriza primero la seguridad, la estabilización y la regulación, abordando el trauma en profundidad solo cuando existe suficiente preparación clínica.

03 El plan individualizado puede combinar psicoterapia, atención psiquiátrica, intervenciones somáticas, estabilización médica y continuidad asistencial según la evaluación y complejidad del caso.

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.

02 / COMPRENDER SUS NECESIDADES

Comprender sus necesidades

COMPRENDER LA CONEXIÓN

Las experiencias traumáticas pueden alterar la regulación emocional, la percepción de seguridad y los sistemas de respuesta al estrés. En ese contexto, el uso de sustancias o determinadas conductas puede aparecer como un intento de:

- disminuir el dolor emocional o anestesiar el malestar
- manejar la hiperactivación o la ansiedad
- reducir recuerdos intrusivos o sensaciones corporales asociadas
- obtener alivio temporal o una sensación de control

Con el tiempo, esta estrategia puede consolidarse y volverse compulsiva, reforzándose a sí misma.

CÓMO PUEDE PRESENTARSE TRAUMA + ADICCIÓN

En personas afectadas por trauma y adicción pueden observarse:

- desencadenantes emocionales o fisiológicos intensos
- dificultad para mantener la abstinencia en periodos de estrés
- reactividad aumentada o bloqueo emocional
- ciclos de consumo seguidos de vergüenza o arrepentimiento
- evitación de recuerdos, emociones o situaciones relacionadas con el trauma
- recaídas durante intentos de abordar el trauma

Estos patrones suelen tener un origen protector, aunque con un coste clínico acumulativo.

03 / EVALUACIÓN ANTES DE UNA RECOMENDACIÓN

Evaluación antes de una recomendación

La evaluación identifica la sustancia o conducta, los síntomas relacionados con el trauma, los riesgos médicos y psiquiátricos, y la secuencia entre desencadenantes, estados internos, consumo y consecuencias. También revisa lo ocurrido en tratamientos anteriores.

Patrón de consumo o conducta, último uso, abstinencia, sobredosis y antecedentes de urgencias

Experiencias traumáticas y síntomas actuales de TEPT, disociación, evitación e hiperactivación

Autolesiones, riesgo de suicidio, agresividad, explotación y seguridad del entorno actual

Preparación, consentimiento, apoyos para la recuperación y continuidad disponible después del tratamiento



Seguridad y entorno adecuado

La sobredosis, intoxicación grave, abstinencia peligrosa, psicosis, intención suicida, violencia o inestabilidad médica requieren atención de urgencias, hospitalaria o especializada. Tener antecedentes de trauma no convierte una residencia privada en el entorno adecuado para un riesgo agudo. Procesar el trauma prematuramente o sin contención suficiente puede aumentar el malestar y el riesgo relacionado con sustancias. Cualquier método requiere consentimiento informado, competencia, seguimiento y un plan claro para detenerse o cambiar de rumbo.

04 / ATENCIÓN CENTRADA EN USTED

Atención centrada en usted

UN ENFOQUE INFORMADO EN TRAUMA Y CENTRADO EN LA REGULACIÓN

La atención clínica se orienta a:

restablecer la regulación del sistema nervioso; aumentar la tolerancia a la experiencia emocional; reducir la dependencia de sustancias como mecanismo de regulación; abordar el trauma cuando existe preparación clínica suficiente

Trauma y adicción se tratan de manera integrada, no como fases independientes.

CÓMO SE ABORDA TRAUMA + ADICCIÓN EN THE BALANCE

La atención es:

individualizada y guiada por evaluación clínica; multidisciplinar y coordinada; informada en trauma en todas las disciplinas; atenta a los componentes psicológicos, fisiológicos y conductuales

El plan puede incluir psicoterapia, atención psiquiátrica, intervenciones neurobiológicas y somáticas, estabilización médica cuando esté indicada y entornos estructurados de recuperación, integrados en un programa clínico coherente y supervisado.

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.

05 / LA EXPERIENCIA DE ATENCIÓN

La experiencia de atención

Mallorca, Zúrich, Londres comparten el modelo de atención residencial individual de THE BALANCE. Una residencia se reserva para un solo cliente, con chef y gestor personal exclusivos. El tratamiento, las actividades y el programa se adaptan a sus necesidades.



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

Tratamiento y actividades individuales en una residencia reservada para un solo cliente.

Zúrich

Tratamiento y actividades individuales en una residencia reservada para un solo cliente.

Londres

Tratamiento y actividades individuales en una residencia reservada para un solo cliente.

06 / DE LA EVALUACIÓN A LA VIDA COTIDIANA

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

La recuperación en adicción relacionada con trauma suele ser gradual y no lineal. El progreso puede reflejarse en: mayor regulación emocional; menor dependencia de sustancias; mejor capacidad para tolerar el malestar; estrategias de afrontamiento sostenibles y mayor resiliencia La atención se centra en la estabilidad a largo plazo, y no exclusivamente en la abstinencia rápida.

07 / CONSIDERAR EL SIGUIENTE PASO

Considerar el siguiente paso

¿El trauma siempre causa adicción?

No. Puede ser relevante, pero la adicción también puede implicar genética, refuerzo, contexto social, dolor, problemas psiquiátricos, disponibilidad y otros factores. La relación debe evaluarse, no darse por supuesta.

¿Debe procesarse el trauma inmediatamente después de dejar las sustancias?

No de forma automática. Al principio suelen priorizarse seguridad, manejo de la abstinencia, sueño, regulación y estabilidad. El procesamiento del trauma comienza solo cuando resulta apropiado y se ha acordado.

¿Pueden empeorar los síntomas traumáticos durante la abstinencia?

Sí. La falta de sueño, el estrés fisiológico y dejar una sustancia utilizada para afrontar el malestar pueden intensificarlo. La abstinencia peligrosa requiere atención médica con los medios adecuados.

¿Y si una terapia de trauma anterior provocó una recaída?

El equipo debe revisar el método, el ritmo, la preparación, el apoyo y las circunstancias. Puede necesitarse otra secuencia o enfoque, sin concluir que el trauma nunca podrá abordarse.

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

Fuente / Guía de tratamiento

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.