THE BALANCE

TDAH en adultos

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 diagnóstico del TDAH adulto exige confirmar un patrón desde el desarrollo, deterioro funcional en varios contextos y posibles explicaciones alternativas.

02 La atención puede combinar educación, sistemas organizativos, psicoterapia o coaching, tratamiento de condiciones concurrentes y medicación supervisada cuando esté indicada.

03 El tratamiento residencial suele reservarse para presentaciones complejas, mientras la transición debe establecer apoyos y estrategias sostenibles en el entorno cotidiano.

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 el TDAH en adultos

El TDAH es un trastorno del neurodesarrollo que implica patrones persistentes de inatención y/o hiperactividad-impulsividad que comenzaron durante el desarrollo, se producen en contextos relevantes y causan deterioro funcional. El diagnóstico en adultos requiere más que problemas actuales de concentración.

Cómo puede manifestarse el TDAH en adultos

Las manifestaciones en adultos pueden ser menos visiblemente hiperactivas que los estereotipos de la infancia. Las dificultades pueden quedar ocultas por asistentes, un esfuerzo intenso, el trabajo impulsado por las crisis o entornos muy estructurados.

• Dificultad para mantener la atención en tareas importantes pero que no ofrecen una recompensa inmediata

• Pérdida frecuente de la noción del tiempo, omisión de detalles, desorganización o seguimiento inconsistente

• Decisiones, habla, gastos, conducción, consumo de sustancias o conductas en las relaciones impulsivos

• Inquietud, agitación interna o necesidad de estimulación constante

• Periodos de concentración intensa en intereses seleccionados con dificultad para cambiar la atención

• Dependencia de la urgencia, el miedo, los asistentes o sistemas complejos para cumplir con las responsabilidades

• Reactividad emocional y frustración que requieren evaluación diferencial

• Un patrón de larga duración en la educación, el hogar, el trabajo y las relaciones, en lugar de un deterioro reciente por sí solo

Los logros externos no excluyen el TDAH, pero el éxito tampoco lo demuestra. La evaluación debe mostrar cómo se desarrollaron los síntomas y causaron deterioro funcional en distintos contextos y a lo largo del tiempo.

03 / EVALUACIÓN ANTES DE UNA RECOMENDACIÓN

Evaluación antes de una recomendación

La evaluación combina una entrevista clínica, antecedentes del desarrollo y del funcionamiento, medidas validadas cuando proceda, información complementaria o registros cuando estén disponibles y la revisión de explicaciones alternativas. Las pruebas informatizadas por sí solas no deben presentarse como diagnósticas.

Síntomas en la infancia, informes escolares, observaciones familiares y funcionamiento temprano

Atención, impulsividad, organización, actividad y deterioro funcional actuales en distintos contextos

Sueño, viajes, carga de trabajo, uso digital, dolor, salud física y medicación

Objetivos, apoyos prácticos, consentimiento para obtener información complementaria y acceso continuado al profesional prescriptor



Seguridad y entorno adecuado

La manía aguda, la psicosis, la depresión grave, la intención suicida, el consumo peligroso de sustancias o la inestabilidad médica requieren el entorno urgente o especializado adecuado. No deben atribuirse al TDAH sin evaluación. La medicación controlada, la prescripción internacional, los viajes, el almacenamiento y la continuidad pueden implicar requisitos legales y médicos específicos de cada lugar. Deben confirmarse en lugar de prometerse.

04 / ATENCIÓN CENTRADA EN USTED

Atención centrada en usted

La atención del TDAH puede incluir educación, cambios ambientales y organizativos, psicoterapia o coaching basados en habilidades, tratamiento de condiciones concurrentes y medicación prescrita por un profesional autorizado cuando esté indicada.

Aclarar los deterioros funcionales objetivo y cómo interactúan con las exigencias actuales Restablecer el sueño y abordar la ansiedad, el estado de ánimo, el trauma, las sustancias o los factores médicos

Diseñar sistemas realistas para el tiempo, las tareas, la comunicación y la toma de decisiones Reducir la dependencia de la crisis, la vergüenza y la presión de última hora como estrategias de activación

Revisar la indicación de la medicación, los beneficios, los efectos adversos, el riesgo de uso indebido y el seguimiento Coordinar los apoyos laborales y familiares sin eliminar toda autonomía

Establecer rutinas que existan fuera de un entorno intensivo Identificar al profesional prescriptor y al apoyo a largo plazo antes de la transición

La contención residencial puede organizar temporalmente la atención, pero no demuestra que las estrategias funcionen en casa. La medicación no es una prueba diagnóstica, y los estimulantes requieren una evaluación cuidadosa, especialmente cuando existe riesgo de adicción o trastorno bipolar.

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

El apoyo para el TDAH debe funcionar en el entorno real. El plan puede incluir un profesional prescriptor, terapeuta o coach, sistemas de tareas y calendario, protección del sueño, medidas de seguridad relacionadas con sustancias, funciones de la familia o del personal y revisión de la eficacia a lo largo del tiempo. El progreso puede incluir un seguimiento más fiable, un control más seguro de los impulsos, una menor dependencia del trabajo impulsado por las crisis, mejores relaciones y sistemas que apoyen la atención sin requerir un rescate externo constante.

07 / CONSIDERAR EL SIGUIENTE PASO

Considerar el siguiente paso

¿Puede diagnosticarse el TDAH por primera vez en la edad adulta?

Sí, pero la evaluación debe establecer un patrón del desarrollo y deterioro funcional, no solo problemas recientes de concentración.

¿Basta un cuestionario para diagnosticar el TDAH?

No. Las herramientas de cribado pueden apoyar la evaluación, pero no sustituyen los antecedentes clínicos, el diagnóstico diferencial, la revisión del deterioro funcional ni la información complementaria o los registros cuando proceda.

¿El agotamiento o el trauma pueden parecerse al TDAH?

Sí. La falta de sueño, el estrés crónico, el trauma, la ansiedad, la depresión, el trastorno bipolar, las sustancias y los factores médicos pueden parecerse a los problemas de atención o empeorarlos.

¿La respuesta a la medicación demuestra el TDAH?

No. La respuesta a un estimulante u otro medicamento no es una prueba diagnóstica. La medicación requiere unaprofesional autorizado para prescribir y una supervisión adecuada.

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.