THE BALANCE

Trauma del desarrollo 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 trauma del desarrollo describe posibles efectos de adversidades tempranas repetidas, pero no constituye por sí solo un diagnóstico ni determina resultados futuros.

02 La evaluación integra síntomas actuales, historia vital, salud física, neurodesarrollo, relaciones, cultura, fortalezas y posibles condiciones concurrentes antes de recomendar atención.

03 El tratamiento busca seguridad, regulación y relaciones más estables; la atención residencial se considera solo cuando la complejidad, el entorno o la coordinación lo justifican.

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 trauma del desarrollo

El trauma del desarrollo es un concepto descriptivo de los posibles efectos de la adversidad repetida o crónica durante períodos importantes del desarrollo emocional, cognitivo, relacional y fisiológico. No constituye por sí mismo un diagnóstico único en todos los sistemas de clasificación o jurisdicciones.

Cómo puede manifestarse el trauma del desarrollo

Los posibles efectos en la edad adulta pueden aparecer en las emociones, la atención, las relaciones, la identidad, el cuerpo y las estrategias de afrontamiento. Ninguno de los siguientes aspectos demuestra por sí solo una formulación de trauma del desarrollo.

- Dificultad para identificar, expresar o calmar emociones intensas
- Vergüenza persistente, autocrítica, vacío o incertidumbre sobre la identidad
- Hipervigilancia, bloqueo, disociación o dificultad para percibir seguridad
- Miedo intenso al abandono, la cercanía, el conflicto o la dependencia
- Autosuficiencia rígida, exceso de responsabilidad o dificultad para recibir cuidados
- Patrones repetidos en las relaciones que resultan difíciles de comprender o cambiar
- Consumo de sustancias, alimentación desordenada, trabajo compulsivo u otras estrategias de regulación
- Síntomas de sueño, dolor, fatiga, gastrointestinales u otros que requieren una valoración médica adecuada

Las personas pueden interpretar un funcionamiento exitoso como prueba de que las experiencias tempranas no pudieron haberles afectado, mientras que los familiares pueden atribuir todos los problemas actuales a la infancia. La evaluación debe dar cabida a la complejidad, los recuerdos incompletos, los relatos divergentes y la posibilidad de que las circunstancias presentes sean más importantes que la historia en un momento determinado.

03 / EVALUACIÓN ANTES DE UNA RECOMENDACIÓN

Evaluación antes de una recomendación

Una evaluación del desarrollo considera el curso de vida de la persona sin exigir revelaciones más allá de lo necesario o tolerable. Examina tanto la adversidad como la protección y evita tratar los recuerdos recuperados en terapia como hechos históricos automáticamente exactos.

Síntomas actuales, efectos funcionales, seguridad y prioridades inmediatas de tratamiento

Historia del desarrollo, familiar, educativa, médica y relacional

Períodos de estabilidad y las condiciones que los favorecieron

Fortalezas, valores, cultura, relaciones de confianza y responsabilidades prácticas



Seguridad y entorno adecuado

El riesgo inmediato, la disociación grave, la psicosis, la manía, la intoxicación, la abstinencia, la desnutrición o la inestabilidad médica pueden requerir atención hospitalaria o especializada. Una explicación basada en el desarrollo no reduce la necesidad de una evaluación actual del riesgo. Pueden surgir cuestiones de protección cuando niños o personas vulnerables están actualmente expuestos a daños. La confidencialidad tiene límites cuando la ley o el deber profesional exigen actuar, y estos límites deben explicarse lo antes posible.

04 / ATENCIÓN CENTRADA EN USTED

Atención centrada en usted

La atención suele tener como objetivo crear experiencias de seguridad, fiabilidad, capacidad de decisión y reparación, al tiempo que aborda los síntomas específicos que interfieren en la vida. El tratamiento no es una promesa de volver a ejercer el papel parental y no debe hacer que el cliente dependa de un único profesional o institución.

Un marco terapéutico claro y predecible, y respeto por el consentimiento Reconocimiento de las emociones y las señales corporales sin forzar su interpretación

Habilidades de regulación, establecimiento de límites y tolerancia a la cercanía o al desacuerdo Psicoterapia que tenga en cuenta el apego y los patrones relacionales cuando sea pertinente

Tratamiento específico para las condiciones concurrentes, en lugar de explicaciones basadas únicamente en el trauma Intervención médica, psiquiátrica, nutricional o relacionada con el sueño cuando esté indicada

Trabajo cuidadoso con la familia cuando beneficie al cliente y no reproduzca el daño Un plan de transición basado en relaciones estables y exigencias cotidianas realistas

Los métodos deben seleccionarse con un propósito definido. El trabajo somático, la terapia centrada en el trauma, el trabajo psicodinámico, los enfoques cognitivos u otros métodos pueden ser pertinentes, pero ninguno debe presentarse como capaz de reparar universalmente el desarrollo o liberar trauma almacenado.

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 cambio suele consolidarse con el tiempo en las relaciones cotidianas y las decisiones diarias. La atención continuada debe identificar a un terapeuta estable o a un equipo local, límites realistas en el trabajo y la familia, planes para situaciones de crisis y las condiciones que ayuden a la persona a mantenerse implicada sin una dependencia excesiva. El progreso puede incluir una mayor amplitud emocional, menos vergüenza automática, límites más seguros, una mayor capacidad de confianza y reparación, una reducción de las estrategias de afrontamiento perjudiciales y una identidad más flexible que reconozca la historia sin quedar definida por ella.

07 / CONSIDERAR EL SIGUIENTE PASO

Considerar el siguiente paso

¿Es el trauma del desarrollo un diagnóstico formal?

No en todos los sistemas diagnósticos o jurisdicciones. A menudo seutiliza de forma descriptiva. Un profesional clínico puede considerar por separado trastornos formales como el TEPT, el TEPT complejo, la depresión, la ansiedad, la disociación u otros diagnósticos.

¿Una experiencia difícil en la infancia siempre causa enfermedad mental en la edad adulta?

No. Los resultados varían considerablemente y están influenciados por la protección, las relaciones, la biología, la cultura, el momento en que ocurren y las experiencias posteriores. La adversidad es relevante, pero no determina el destino.

¿Debo recordar todo lo que ocurrió?

No. El tratamiento no requiere un recuerdo completo ni un relato detallado. El trabajo puede centrarse en los síntomas actuales, los patrones, la seguridad y los objetivos, respetando al mismo tiempo la incertidumbre.

¿El trabajo sobre el apego forma parte del tratamiento?

Puede serlo cuando las expectativas y los patrones relacionales son clínicamente relevantes. El enfoque debe tener un propósito claro, preservar los límites y evitar convertir una sola teoría en la explicación de todas las dificultades.

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.