



THE BALANCE

Guía de ingreso

Tratamiento residencial privado

Un primer paso meditado hacia una atención privada.

Dedicados a una sola persona a la vez

MALLORCA / ZÚRICH

Un comienzo más personal.

Plantearse un tratamiento puede traer tantas preguntas como respuestas. Quizá busque ayuda para usted, acompañe a alguien cercano o asesore a otra persona.

Esta guía explica cómo aborda THE BALANCE el tratamiento residencial privado: a quién puede resultar adecuado, cómo funciona el ingreso y qué puede implicar la vida durante y después del tratamiento. Puede leerla antes de hablar con nosotros y volver a ella a medida que sus preguntas se aclaren.

ORIENTACIÓN

03 - 07	Comprender la atención
---------	------------------------

08 - 10	De la consulta a la llegada
---------	-----------------------------

11 - 16	Tratamiento, vida diaria y ubicaciones
---------	--

17 - 18	Continuidad asistencial y preguntas frecuentes
---------	--

19	Hablar con Admisiones
----	-----------------------

Una consulta es una conversación. Puede hacer preguntas y valorar la recomendación antes de decidir si desea continuar.

Una atención centrada en usted.

THE BALANCE ofrece tratamiento residencial privado de salud mental y adicciones, organizado en torno a una persona, un equipo dedicado y un único plan coordinado.

01

Una persona a la vez

Una residencia privada y una estructura diaria dedicadas a una sola persona.

02

Dos ubicaciones residenciales

Mallorca y Zúrich, elegidas según la adecuación clínica y práctica.

03

Un equipo coordinado

Atención psiquiátrica, psicológica, médica y de apoyo conectada en torno a sus necesidades.

04

Primero, la evaluación

Una comprensión compartida orienta las prioridades, la elección del tratamiento y el ritmo.

05

Tiempo para el proceso

A menudo se recomiendan 4-8 semanas de tratamiento residencial; la duración es individual.

06

Continuidad tras la estancia

Tres meses de seguimiento personalizado, con formato y frecuencia acordados en su plan.

La idoneidad, la residencia, el equipo y los plazos se confirman individualmente antes del ingreso.

La persona completa. La visión de conjunto.

A menudo llegan personas con dificultades que se superponen, experiencias previas de tratamiento y responsabilidades que hacen difícil proteger su tiempo y privacidad. Consideramos estos aspectos en conjunto.

Salud mental

Depresión, ansiedad, trastornos del espectro bipolar, patrones obsesivo-compulsivos y dificultades de atención.

Trauma y estrés

Patrones postraumáticos y del desarrollo, agotamiento, estrés crónico y regulación emocional.

Adicciones

Alcohol, drogas, medicamentos con receta, dependencias conductuales y recaídas repetidas.

Trastornos alimentarios

Dificultades alimentarias valoradas junto con la salud física, las necesidades nutricionales y los factores psicológicos.

Dificultades concurrentes

Salud mental, consumo de sustancias, sueño, salud física y relaciones que necesitan un enfoque coordinado.

Un diagnóstico es un punto de partida para comprender. No determina el ingreso ni define a la persona.

El entorno adecuado es lo primero.

Antes del ingreso, la revisión clínica considera sus necesidades, seguridad, estabilidad médica y psiquiátrica, historial de tratamiento y apoyo disponible en la ubicación propuesta.

CUÁNDO PUEDE AYUDAR LA ATENCIÓN RESIDENCIAL

Un entorno residencial privado puede ser adecuado cuando varias áreas de salud necesitan atención sostenida, las consultas habituales no han permitido suficiente coordinación o un periodo protegido lejos de las presiones diarias tiene un propósito claro.

La residencia debe poder atender con seguridad las necesidades actuales de la persona.

CUÁNDO SE NECESITA OTRO ENTORNO

Algunas personas necesitan atención hospitalaria, estabilización médica u otro servicio especializado antes de iniciar el tratamiento residencial. El equipo clínico explica el nivel de atención recomendado y las condiciones de ingreso.

Ante una urgencia médica o psiquiátrica inmediata, busque atención de emergencia local. No espere a un ingreso ordinario ni a que se organice un viaje.

Consultar los criterios de idoneidad

UNA PERSONA A LA VEZ

Privacidad integrada en la atención.

Su residencia, citas, comidas y ritmo diario se organizan en torno a usted.

No se incorpora a un grupo de tratamiento ni comparte la residencia con otra persona ajena a su entorno. El equipo puede adaptar el ritmo según cambien sus necesidades, energía y comprensión.

Las visitas, el acceso y la comunicación se acuerdan con usted. La confidencialidad se apoya en un consentimiento claro, las responsabilidades profesionales y una coordinación cuidadosa.



Muchas perspectivas. Un plan claro.

El tratamiento comienza con una explicación compartida de lo que ocurre y lo que podría ayudar. Lo llamamos formulación clínica. Conecta su historia, preocupaciones actuales, salud, relaciones y vida cotidiana.



01 Comprender

Integrar las observaciones clínicas con su experiencia.

02 Elegir

Seleccionar las disciplinas, prioridades y el ritmo pertinentes.

03 Coordinar

Aclarar las responsabilidades para que los especialistas trabajen hacia objetivos comunes.

04 Revisar

Hablar de los avances con usted y adaptar el plan a la evolución de sus necesidades.

El equipo se selecciona en función de cada persona. La dirección clínica, la psicoterapia, la psiquiatría, la atención médica y la coordinación personal de cuidados tienen funciones claramente definidas.

Del primer contacto a un plan claro.

No necesita relatar por completo todo lo que ha ocurrido. Empiece por lo que le preocupa ahora y le explicaremos qué información se necesita después.

01 Una conversación confidencial

Hablar de la situación, la urgencia, los objetivos y la forma más segura de responderle.

02 Revisión clínica

Los informes pertinentes, la medicación, los riesgos actuales y la atención existente ayudan a valorar la idoneidad.

03 Una recomendación personal

Explicamos el entorno propuesto, la orientación del tratamiento, la duración prevista y los pasos adicionales necesarios.

04 Preparación conjunta

Confirmar la residencia, los cuidados, el consentimiento, el viaje, la comunicación y los detalles de llegada.

05 Llegada y evaluación

Instalarse en el entorno acordado mientras el equipo desarrolla y revisa el primer plan de trabajo.

El ingreso está sujeto a la idoneidad clínica y a la confirmación de los acuerdos establecidos.

Llegar con algo menos de peso.

Su coordinador de admisiones le facilitará una lista adaptada a su situación. Comparta la información precisa y disponible; el equipo ayudará a identificar lo que falte.

INFORMACIÓN CLÍNICA Y DE SALUD

Medicación actual

Una lista de medicamentos, recetas, alergias y cambios recientes.

Documentación pertinente

Los informes solicitados y los datos de los profesionales que le atienden actualmente.

Necesidades actuales

Cuestiones médicas, nutricionales, de movilidad, sueño u otras que afecten a la atención.

ASPECTOS PRÁCTICOS

Viaje y llegada

Documentos válidos, planes de viaje acordados y su contacto a la llegada.

Objetos personales

Ropa cómoda, dispositivos aprobados y objetos personales familiares.

Preferencias y contactos

Necesidades alimentarias, culturales y de accesibilidad; contactos autorizados y acompañantes.

Utilice el procedimiento seguro indicado por Admisiones para enviar los informes clínicos. Traiga la medicación en su envase original cuando sea posible y siga las indicaciones de su profesional clínico sobre medicación y viaje.

[Ver la lista de preparación](#)



LOS PRIMEROS DÍAS

Tiempo para instalarse. Espacio para comprender.

La llegada se adapta a sus necesidades inmediatas. El descanso, la orientación y la familiaridad forman parte de la primera fase.

A la llegada

Conocer a su contacto, instalarse en la residencia y confirmar lo esencial.

El primer día

Revisar la medicación y las prioridades de seguridad, descansar y establecer un ritmo inicial.

Los días siguientes

Conocer al equipo principal, continuar la evaluación y hablar de las primeras prioridades terapéuticas.

El ritmo sigue la necesidad clínica y su capacidad de participar.

Un tratamiento guiado por lo que importa.

Su plan combina los enfoques pertinentes para su situación. Cada parte tiene un propósito y el equipo revisa el equilibrio entre el trabajo terapéutico, la estabilidad y la recuperación.

Atención psicológica y psiquiátrica

Terapia individual, revisión psiquiátrica y evaluación basadas en su historia, dificultades actuales y objetivos.

Atención médica y salud física

La medicación, el sueño, la nutrición, la salud física y las pruebas pertinentes se consideran junto con la atención psicológica.

Trauma y regulación

Enfoques sensibles al trauma, somáticos y de apoyo seleccionados según la seguridad, la disposición y el plan terapéutico.

Relaciones y vida cotidiana

Trabajo familiar, límites prácticos y preparación para volver a casa cuando apoyan la orientación de los cuidados.

Las pruebas especializadas o los servicios hospitalarios se coordinan cuando son necesarios. Sabrá qué profesionales se responsabilizan de cada parte de su atención.

Un ritmo que se adapta a usted.

Un día orientativo equilibra el tratamiento específico con alimentación, movimiento y tiempo para recuperarse. El horario real sigue sus necesidades y la fase de atención.

Mañana

Desayuno, orientación y movimiento suave cuando sea apropiado.

Media mañana

Trabajo clínico principal, como terapia, evaluación o revisión médica.

Mediodía

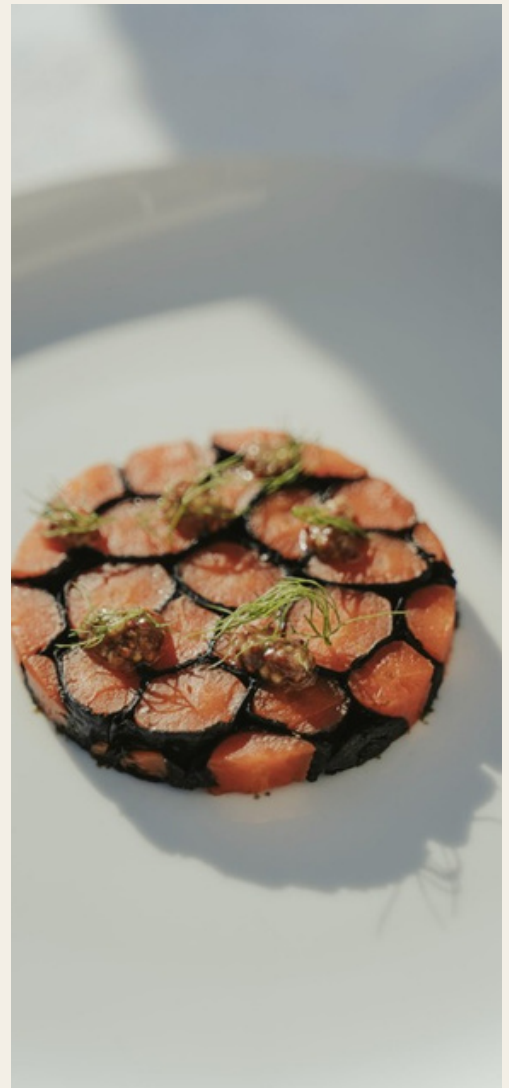
Almuerzo y una pausa para descansar y procesar la mañana.

Tarde

Trabajo clínico, somático, familiar o de apoyo seleccionado.

Noche

Cena, tiempo personal y un ritmo más tranquilo para el sueño.



El equipo revisa el ritmo a medida que avanza el tratamiento. El descanso, el tiempo privado y los cambios de horario se consideran junto con las prioridades clínicas.



LA RESIDENCIA PRIVADA

Un hogar privado para centrarse en el cuidado.

El entorno apoya el trabajo terapéutico. Una residencia privada ofrece espacio para consultas, comidas, reflexión, movimiento y descanso, con apoyo práctico organizado en torno al plan clínico.

Apoyo personal

La coordinación de cuidados ayuda a organizar el día y las necesidades prácticas.

Alimentación diaria

Las comidas preparadas por un chef y la planificación nutricional responden a las necesidades individuales.

Los detalles de la residencia y los acuerdos se confirman antes del ingreso.



MALLORCA / ESPAÑA

Espacio para tomar distancia.

El tratamiento residencial privado en Mallorca ofrece un entorno más tranquilo, acceso a la naturaleza y una distancia meditada de las presiones cotidianas.

La residencia, el ritmo diario y la atención multidisciplinar se organizan en torno a una persona. Las sesiones clínicas, las comidas, el movimiento y el descanso siguen conectados con su plan y sus necesidades.

Conocer Mallorca

Atención privada con conexiones suizas.



Zúrich combina una base residencial privada con acceso coordinado a especialistas, pruebas diagnósticas y servicios médicos en Suiza cuando están indicados. La ubicación se recomienda según las necesidades clínicas, las circunstancias prácticas y la disponibilidad.

LONDRES / EVALUACIÓN Y CONTINUIDAD ASISTENCIAL

Londres apoya determinadas evaluaciones, consultas, transiciones y seguimiento en torno al tratamiento residencial en Mallorca o Zúrich. Su función es dar continuidad; la atención residencial tiene lugar en Mallorca o Zúrich.

[Conocer Zúrich](#)

Espacio para quienes le importan.



Familia y personas de confianza

Con su consentimiento, su participación puede incluir determinadas conversaciones, visitas o la preparación para volver a casa.

Profesionales actuales

Sus profesionales clínicos y representantes autorizados pueden contribuir mediante funciones claras y un intercambio de información acordado.

Trabajo y comunicación

Los compromisos esenciales, los dispositivos y el contacto se hablan individualmente para que apoyen su atención y recuperación.

Una atención conectada con la vida.

La planificación del regreso a casa comienza durante el tratamiento. El objetivo es una estructura clara y viable para su salud, relaciones, rutinas y apoyo clínico continuado.

3

meses de seguimiento personalizado

El formato, la frecuencia y las responsabilidades se confirman en su plan individual de continuidad.

01 Preparar la transición

Identificar las rutinas, relaciones y apoyos necesarios después de la estancia.

02 Conectar la atención

Coordinarse con profesionales de su lugar de residencia y acordar quién se responsabiliza del seguimiento.

03 Revisar y adaptar

Hablar de los avances, las primeras dificultades y los cambios en el apoyo que necesita.

Los acuerdos internacionales reflejan los requisitos clínicos locales y los servicios disponibles donde vive.

Antes de decidir.

¿Compartiré la residencia con otra persona en tratamiento?

Cada programa residencial de THE BALANCE está dedicado a una sola persona. Los acuerdos que incluyen a una pareja, familiar o acompañante se consideran individualmente.

¿Necesito un diagnóstico confirmado para contactar?

No. Empiece por sus preocupaciones actuales. Los informes existentes pueden ayudar; la revisión clínica determina qué información o evaluación adicional se necesita.

¿Con qué rapidez puede realizarse el ingreso?

Depende de la revisión clínica, los informes, la disponibilidad de residencia y equipo y un viaje seguro. Admisiones explica los próximos pasos para su situación.

¿Cómo se decide la duración del tratamiento?

La recomendación suele comenzar con 4-8 semanas. La duración se guía por las necesidades clínicas y se revisa durante el tratamiento.

¿Puedo mantener el contacto con mi familia o trabajo?

El contacto, las visitas, los dispositivos y el trabajo esencial se hablan con usted y se acuerdan en torno al tratamiento, la seguridad, la privacidad y el descanso.

¿Puedo elegir Mallorca o Zúrich?

Su preferencia se considera junto con las necesidades clínicas, las capacidades del lugar, el viaje y la disponibilidad. El equipo explica el entorno recomendado.

Empiece con una conversación.

Si está considerando un tratamiento para usted, alguien cercano o una persona a la que asesora, nuestro equipo de Admisiones puede ayudarle a aclarar el siguiente paso.

LLAMAR A ADMISIONES

+41 44 500 5111

ESCRIBIR A ADMISIONES

admissions@thebalance.clinic

LEER EN LÍNEA

thebalance.clinic

En la primera conversación, díganos para quién busca apoyo, qué le preocupa ahora y cómo prefiere que respondamos. Admisiones le explicará cómo compartir documentación detallada de forma segura.

Edición en español / Septiembre de 2026

Esta guía ofrece una visión general. La atención individual sigue la revisión clínica y el plan confirmado. Las fotografías ilustran entornos y cuidados; la residencia y el equipo se confirman individualmente.



THE BALANCE

MALLORCA / ZÜRICH