THE BALANCE

Diagnóstico Duplo (Saúde Mental e Dependência)

Tratamento privado

Um guia para pessoas e famílias

Cuidados dedicados a um cliente de cada vez

Maiorca, Zurique, Londres
Cuidados residenciais individuais

Português / Setembro de 2026

01 / O QUE SABER ANTES DO TRATAMENTO

O que saber antes do tratamento

01 O diagnóstico duplo envolve uma condição de saúde mental junto a um transtorno por uso de substâncias ou outro comportamento aditivo.

02 A avaliação reúne cronologia clínica, riscos, medicação, sono, saúde e períodos de abstinência para orientar diagnóstico, estabilização e tratamento.

03 O cuidado coordenado aborda saúde mental e dependência, prioriza riscos imediatos e planeja transição, apoio familiar consentido e continuidade após o tratamento.

Um cliente

Uma residência privada e uma equipa organizadas em torno de si.

Cuidados coordenados

As disciplinas clínicas trabalham dentro de um plano individual.

Continuidade

Os passos seguintes são considerados ao longo de todo o tratamento.

02 / COMPREENDER AS SUAS NECESSIDADES

Compreender as suas necessidades

Compreendendo o diagnóstico duplo

O diagnóstico duplo não é uma combinação específica. Pode envolver depressão e dependência de álcool, ansiedade e uso indevido de sedativos, transtorno bipolar e uso de estimulantes, TEPT e uso de opioides, ou outra combinação clinicamente fundamentada. Cada componente requer uma avaliação adequada.

Como o diagnóstico duplo pode se apresentar

Condições coocorrentes podem criar ciclos nos quais o sofrimento leva ao uso, o uso produz alívio de curto prazo e as consequências então aprofundam o sofrimento ou a instabilidade.

• Retorno repetido ao álcool, a substâncias ou a comportamentos compulsivos durante ansiedade, depressão, sintomas de trauma ou conflitos

• Sintomas psiquiátricos que se intensificam durante a intoxicação, a abstinência ou tentativas de parar

• Dificuldade em manter os ganhos quando os cuidados para dependência e saúde mental são prestados separadamente

• Vários diagnósticos ou alterações de medicação sem uma cronologia ou formulação clínica compartilhada

• Uso de sedativos, estimulantes, medicamentos para dor ou álcool para regular o sono, a energia, a atenção ou as emoções

• Períodos de impulsividade, isolamento, negligência do autocuidado ou tomada de decisões de risco

• Família e redes profissionais divididas quanto a qual problema é primário

• Episódios repetidos de atendimento de emergência, desintoxicação, tratamento residencial ou ambulatorial com continuidade incompleta

A relação pode mudar ao longo do tempo. Uma substância pode começar como uma estratégia de enfrentamento, tornar-se um transtorno independente e, posteriormente, obscurecer os sintomas que se pretendia controlar. O tratamento precisa acompanhar a interação atual, em vez de uma única narrativa de origem.

03 / AVALIAÇÃO ANTES DE UMA RECOMENDAÇÃO

Avaliação antes de uma recomendação

A avaliação constrói uma cronologia do estado mental, uso de substâncias, medicação, sono, saúde e períodos de abstinência ou uso reduzido. Ela determina quais riscos exigem ação antes que se possa confiar em um diagnóstico de longo prazo ou em um plano residencial.

Substâncias, medicamentos, dose, padrão, via de administração, último uso, tolerância e histórico de abstinência

Overdose, convulsões, delirium, apagões, atendimento de emergência e estabilização prévia

Humor, ansiedade, psicose, trauma, atenção, sono, cognição e risco de autoagressão

Consentimento, capacidade, objetivos, disposição e o cuidado disponível após o tratamento intensivo



Segurança e contexto adequado

Overdose, intoxicação grave, abstinência perigosa, delirium, psicose, mania, intenção suicida ou instabilidade médica exigem atendimento de emergência, hospitalar ou especializado. Viagens internacionais e residência privada não devem preceder a estabilização necessária. O ambiente residencial nunca deve ser descrito como uma unidade médica de desintoxicação, a menos que a licença específica, a equipe, o monitoramento e a capacidade de resposta a emergências estejam verificados para o local e o atendimento em questão.

04 / CUIDADOS CENTRADOS EM SI

Cuidados centrados em si

O cuidado integrado significa que o trabalho pertinente em saúde mental e dependência é coordenado, em vez de ser realizado como duas frentes sem relação entre si. Isso não significa que todas as intervenções comecem ao mesmo tempo ou que o mesmo profissional trate todas as questões.

Manejar abstinência, overdose, autoagressão, psicose ou risco médico no nível de cuidado apropriado Desenvolver uma única cronologia e formulação clínica compartilhadas entre as disciplinas

Esclarecer o diagnóstico psiquiátrico e a medicação após considerar os efeitos das substâncias Compreender a função, os gatilhos, as recompensas e as consequências do uso ou comportamento

Desenvolver estratégias alternativas de regulação e recuperação antes de remover todos os mecanismos de enfrentamento Abordar o trauma somente em um ritmo compatível com a estabilidade e o risco de recaída

Incluir familiares ou profissionais de confiança, com consentimento e funções claras Estabelecer cuidados continuados para dependência e saúde mental no ambiente domiciliar

Abstinência, redução de danos, medicação, psicoterapia, apoio de pares, trabalho com a família e mudanças ambientais podem ser relevantes, dependendo do caso. O plano deve explicitar seus objetivos e sua justificativa, em vez de usar “integrado” como uma promessa vaga.

Da avaliação a um plano partilhado

A recomendação explica o contexto proposto, as prioridades, a equipa e o ritmo, bem como a forma de rever o plano consigo.

05 / A EXPERIÊNCIA DE CUIDADOS

A experiência de cuidados

Maiorca, Zurique, Londres compartilham o modelo de cuidados residenciais individuais da THE BALANCE. Uma residência é reservada para um só cliente, com chef e gestor pessoal dedicados. Tratamentos, atividades e programa são adaptados às suas necessidades.



Um lugar privado para fazer uma pausa

Espaço pessoal, coordenação discreta e um ritmo diário adaptado às necessidades clínicas.

Cuidados com espaço para recuperar

As consultas individuais são equilibradas com descanso, refeições, movimento e tempo para processar a experiência.

Apoio prático

Um gestor pessoal de cuidados ajuda a coordenar os horários e as necessidades do dia a dia.

Imagens da equipa e da residência do guia de admissões da THE BALANCE. A residência é confirmada individualmente.

Maiorca

Tratamentos e atividades individuais numa residência reservada para um só cliente.

Zurique

Tratamentos e atividades individuais numa residência reservada para um só cliente.

Londres

Tratamentos e atividades individuais numa residência reservada para um só cliente.

06 / DA AVALIAÇÃO À VIDA QUOTIDIANA

Da avaliação à vida quotidiana

01 **Uma conversa confidencial**

A equipa de admissões escuta a sua situação e explica a revisão clínica.

02 **Avaliação e recomendação**

A equipa considera adequação, prioridades, contexto e plano individual.

03 **Tratamento personalizado**

Os cuidados são revistos e adaptados à evolução das suas necessidades e capacidades.

04 **Transição e cuidados continuados**

Uma passagem de informação liga o tratamento às pessoas, rotinas e apoios necessários em casa.

Preparar o regresso a casa

Os cuidados continuados devem conectar o tratamento da dependência, a responsabilidade psiquiátrica, a medicação, a terapia, os limites familiares, os apoios à recuperação e a resposta à recaída ou recorrência de sintomas. Uma transição fragmentada recria o problema original. O progresso pode incluir menos episódios de uso, maior estabilidade mental, medicação mais segura, comunicação mais honesta, melhor reconhecimento dos gatilhos, menor necessidade de atendimento de emergência e uma rede de apoio capaz de responder antes que o risco se agrave.

07 / CONSIDERAR O PRÓXIMO PASSO

Considerar o próximo passo

O que significa diagnóstico duplo?

Em geral, significa que uma condição de saúde mental e um transtorno por uso de substâncias ou outro comportamento aditivo ocorrem juntos. A combinação exata e a relação entre eles requerem avaliação.

Qual condição deve ser tratada primeiro?

A segurança imediata vem em primeiro lugar. Depois disso, as necessidades relevantes de saúde mental e dependência química geralmente são coordenadas, embora as intervenções possam ser sequenciadas em vez de iniciadas simultaneamente.

O uso de substâncias pode causar sintomas psiquiátricos?

Sim. Intoxicação, abstinência, privação de sono e interações medicamentosas podem afetar o humor, a ansiedade, a percepção, a cognição e o comportamento. Uma condição psiquiátrica independente também pode estar presente.

A desintoxicação faz parte do tratamento para diagnóstico duplo?

A avaliação e a estabilização da abstinência podem ser necessárias, mas o ambiente apropriado depende do risco e da capacidade comprovada. A desintoxicação é uma fase, não o tratamento completo.

Comece com uma conversa

Fale em privado com a equipa de admissões sobre a sua situação e as opções disponíveis. Um pedido de informação não implica qualquer obrigação de avançar.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Página completa da condição

Se estiver ou outra pessoa estiver em perigo imediato, procure os serviços de emergência locais. Não espere por uma admissão habitual ou por uma viagem.

Informação geral; os cuidados individuais são definidos após avaliação.