



THE BALANCE

Condições de Saúde Mental

Tratamento privado

Um guia para pessoas e famílias

Cuidados dedicados a um cliente de cada vez

MALLORCA / ZURICH

O que saber antes do tratamento

- 01 A avaliação integra sintomas, funcionamento, risco, histórico, saúde física, medicação, substâncias e contexto, evitando conclusões diagnósticas prematuras.
 - 02 O tratamento residencial coordena cuidados psiquiátricos, médicos e psicológicos individualizados, inclusive para trauma, dependência, dificuldades alimentares e outras condições coocorrentes.
 - 03 THE BALANCE não atende emergências psiquiátricas; após estabilização adequada, o planejamento pode incluir medicação, terapia local, família, trabalho e sinais de alerta.
-

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.

Compreender as suas necessidades

Os Sintomas Merecem uma Avaliação Abrangente

Humor deprimido, ansiedade, agitação, dificuldade de concentração, alterações do sono, impulsividade ou isolamento podem surgir por diversas vias. Medicamentos, substâncias, trauma, luto, doença física, fatores endócrinos ou metabólicos, dor e estresse prolongado podem contribuir.

Quadros Considerados

A listagem desses quadros não estabelece adequação para tratamento residencial nem implica que todos os serviços especializados estejam disponíveis em todas as localidades.

- Sintomas depressivos e transtornos depressivos diagnosticados
- Ansiedade, pânico, fobias e preocupação persistente
- Quadros do espectro bipolar e de instabilidade do humor
- Sintomas obsessivo-compulsivos e padrões relacionados
- Quadros de déficit de atenção e hiperatividade
- Padrões relacionados à personalidade e padrões relacionais recorrentes
- Sintomas de saúde mental que ocorrem com trauma, dependência, dificuldades alimentares ou estresse crônico
- Incerteza ou mudanças nos diagnósticos após cuidados anteriores

Avaliação antes de uma recomendação

A avaliação psiquiátrica pode esclarecer o diagnóstico, o risco, a medicação, o sono e a interação com o uso de substâncias ou a saúde física. A medicação pode ser mantida, revisada, alterada ou evitada de acordo com o julgamento clínico, o consentimento e a responsabilidade pela prescrição. Não há um percurso medicamentoso padrão aplicável apenas a um rótulo diagnóstico.

Sintomas de saúde física não devem ser descartados como psicológicos sem avaliação apropriada. Exames diagnósticos externos, especialistas ou cuidados hospitalares podem ser necessários.

O escopo do serviço é explicado em Cuidados Médicos e Psiquiátricos.



Segurança e contexto adequado

THE BALANCE não é um serviço psiquiátrico de emergência, unidade protegida ou hospital para internação involuntária. Risco iminente de suicídio ou de causar danos, psicose grave, mania grave, confusão aguda ou outra emergência exigem avaliação pelos serviços locais de emergência ou em hospital. Uma resposta local urgente não deve ser adiada por viagens internacionais ou pela preferência por uma residência privada. Após a estabilização, a equipe pode avaliar se THE BALANCE é apropriado para a próxima fase.

Cuidados centrados em si

Tratamento Psicológico e Prática Cotidiana

O trabalho terapêutico pode abordar padrões de pensamento e comportamento, emoções, evitação, identidade, relacionamentos, trauma, valores, estratégias de enfrentamento e as decisões práticas que mantêm ou aliviam o sofrimento. O método e o ritmo seguem a formulação.

O ambiente residencial também cria oportunidades para observar o sono, a comunicação, os hábitos de trabalho, a alimentação, a atividade e as respostas entre as sessões. Essas observações são utilizadas com cuidado, e não como vigilância constante.

Complexidade e Coocorrência

Sintomas de saúde mental frequentemente ocorrem junto com o uso de álcool ou drogas, trauma, transtornos alimentares, dor crônica, dependência de medicamentos ou instabilidade nos relacionamentos. Tratar cada um como um programa separado pode resultar em prioridades contraditórias.

A equipe multidisciplinar estabelece o que requer atenção imediata, o que pode se tornar mais claro após a estabilização e quais profissionais devem trabalhar em conjunto. Um novo rótulo nem sempre é a principal resposta.

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.

A experiência de cuidados

Um ambiente tranquilo e privado pode criar espaço para tratamento, descanso e reflexão. A residência, os horários e o apoio prático são organizados em torno de um cliente de cada vez.



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

Cuidados residenciais privados num ambiente insular reparador.

Zurique

Cuidados residenciais privados com coordenação clínica suíça.

Londres

Apoio selecionado para avaliação, transição e continuidade dos cuidados.

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

Uma pessoa pode se sentir melhor em um ambiente protegido antes que os padrões de vida relevantes tenham mudado. Portanto, o plano aborda a responsabilidade pela medicação, a terapia local, os relacionamentos familiares, o trabalho, o sono, os sinais de alerta e o que fazer se os sintomas retornarem. Os cuidados continuados devem apoiar a autonomia e uma rede local confiável. Eles não dependem do envolvimento permanente da equipe residencial.

Considerar o próximo passo

Quais condições de saúde mental THE BALANCE considera?

O escopo pode incluir quadros depressivos, de ansiedade, do espectro bipolar, obsessivo-compulsivos, relacionados à atenção, à personalidade e coocorrentes. A adequação e a disponibilidade de especialistas requerem avaliação individual.

Preciso ter um diagnóstico estabelecido?

Não, embora registros anteriores possam ajudar. A equipe pode avaliar as preocupações atuais e desenvolver uma formulação de trabalho, enquanto algumas necessidades urgentes ou especializadas podem exigir outro prestador.

A medicação será alterada?

A medicação é revisada por um prescritor devidamente autorizado quando indicado. Pode permanecer inalterada, ser ajustada ou exigir investigação adicional. Nenhuma alteração é automática.

Os sintomas físicos podem fazer parte da avaliação?

Sim. A saúde física relevante, o sono, a dor, a medicação, a nutrição e as condições médicas são considerados, com cuidados médicos externos providenciados quando necessário.

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.