



THE BALANCE

Dissociação e Desconexão Relacionada ao Trauma

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 dissociação pode afetar consciência, memória, identidade e percepção, mas sintomas semelhantes também podem decorrer de pânico, substâncias, medicamentos ou condições médicas.
 - 02 A avaliação prioriza esclarecimento diagnóstico, segurança e estabilização, evitando pressupor trauma oculto, pressionar pela recuperação de memórias ou iniciar processamento intensivo prematuramente.
 - 03 THE BALANCE oferece tratamento residencial voluntário para um cliente por vez em Maiorca e Zurique, com planejamento personalizado e continuidade do cuidado.
-

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

O que a Dissociação Pode Incluir

As experiências variam amplamente. A despersonalização pode envolver a sensação de estar desconectado do próprio corpo, pensamentos, emoções ou ações. A desrealização pode fazer com que o ambiente pareça irreal, distante, onírico ou visualmente alterado. A amnésia dissociativa pode envolver lacunas de memória que não são explicadas pelo esquecimento comum.

Desconexão Relacionada ao Trauma É um Termo Descritivo

“Desconexão relacionada ao trauma” pode descrever um padrão no qual a desconexão ou o entorpecimento parecem estar vinculados ao estresse traumático. Não se trata de um diagnóstico formal separado. O clínico deve considerar TEPT, TEPT complexo, transtorno de despersonalização-desrealização, transtorno dissociativo de identidade, pânico, depressão e outras possibilidades.

O tratamento deve permanecer aberto a mais de uma explicação. Uma abordagem informada pelo trauma significa evitar coerção e reconhecer os efeitos da ameaça; não significa supor que todo sintoma inexplicado comprova um trauma oculto.

Avaliação antes de uma recomendação

Transtornos convulsivos, enxaqueca, traumatismo craniano, condições vestibulares, distúrbios metabólicos, efeitos de medicamentos, transtornos do sono e outras questões médicas ou neurológicas podem produzir alterações da consciência, memória, percepção ou desconexão.

A Avaliação e o Planejamento do Tratamento consideram início, duração, gatilhos, perda de consciência, sintomas neurológicos, saúde física, medicamentos e investigações anteriores. Uma avaliação neurológica ou médica independente pode ser necessária antes que uma formulação psicológica seja aceita.

Lacunas de memória e experiências relacionadas à identidade exigem cuidados especiais. Entrevistas sugestivas, pressão para recuperar memórias ou certeza sobre eventos não verificados podem ser prejudiciais. Os clínicos devem documentar o que se sabe, o que é relatado e o que permanece incerto.



Segurança e contexto adequado

Novos sintomas neurológicos, convulsão, perda de consciência, confusão grave, overdose, psicose aguda, incapacidade de permanecer em segurança ou risco imediato de suicídio exigem avaliação local urgente. Um rótulo de dissociação jamais deve ser usado para desconsiderar uma emergência médica. A admissão no THE BALANCE depende de participação voluntária, estabilidade, necessidades diagnósticas, risco e vias especializadas disponíveis. Consulte Critérios de Adequação e Admissão.

Cuidados centrados em si

Tratamento por Fases e Focado na Estabilização

As orientações profissionais para transtornos dissociativos complexos frequentemente descrevem o tratamento em fases. O trabalho inicial pode se concentrar em segurança, orientação, regulação emocional, sono, funcionamento diário, confiança terapêutica e redução de comportamentos prejudiciais. O processamento do trauma é considerado apenas quando o cliente apresenta estabilidade suficiente e há uma justificativa clínica clara.

As fases não são compartimentos rígidos, e o tratamento pode avançar e recuar conforme a necessidade. A estabilização não é evitação; ela cria as condições nas quais o trabalho posterior pode ser mais seguro e útil.

Aterramento e Orientação para o Momento Presente

As estratégias de aterramento podem ajudar algumas pessoas a se reconectarem ao presente por meio de informações sensoriais, movimento, linguagem, tempo e lugar ou contato com uma pessoa de confiança. O que ajuda um cliente pode sobrecarregar outro.

Essas técnicas devem ser praticadas de forma colaborativa e revisadas quanto ao seu efeito. O aterramento é uma estratégia de apoio, não um tratamento completo nem evidência de que um sintoma tenha uma causa específica.

Terapia Focada no Trauma e Prontidão

Abordagens focadas no trauma, incluindo EMDR ou outras terapias estruturadas, podem ser consideradas quando o diagnóstico, os objetivos, a prontidão e a competência do profissional as respaldam. Uma modalidade não deve ser selecionada apenas porque o cliente relata dissociação.

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

O tratamento residencial em Maiorca e Zurique oferece espaço para cuidados, descanso e reflexão. Em Londres, o retiro separado de saúde mental, conduzido por terapeutas, oferece apoio e acomodação acordados individualmente.



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

Retiro privativo de saúde mental conduzido por terapeutas.

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

O progresso pode incluir melhor orientação, menos episódios, menor medo dos sintomas, maior continuidade da memória, melhor consciência emocional, comportamentos mais seguros e maior participação em relacionamentos ou no trabalho. A eliminação completa de toda desconexão não deve ser prometida. A continuidade do cuidado pode envolver um terapeuta com experiência em dissociação, psiquiatria, acompanhamento médico ou neurológico, tratamento para uso de substâncias, apoio familiar e um plano de crise. A transição deve explicar a formulação clínica em curso sem exagerar a certeza.

Considerar o próximo passo

O que é dissociação?

A dissociação é uma ruptura na integração habitual da consciência, memória, identidade, emoção, percepção, experiência corporal ou comportamento. Descreve várias experiências possíveis, e não um único diagnóstico.

Qual é a diferença entre despersonalização e desrealização?

A despersonalização envolve sentir-se desligado de si mesmo, enquanto a desrealização envolve sentir que o ambiente é irreal ou distante. Elas podem ocorrer juntas e em diversas condições.

A dissociação é sempre causada por trauma?

Não. O trauma pode ser relevante, mas pânico, substâncias, abstinência, privação de sono, doença neurológica, medicação, psicose e outras condições podem produzir sintomas semelhantes.

A dissociação pode ser confundida com psicose?

Sim. O teste de realidade, a memória, a organização do pensamento, o uso de substâncias e a natureza da experiência exigem avaliação psiquiátrica cuidadosa.

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.