
title: “Guia Completo do Paciente REAC®” subtitle: “Passo-a-Passo Desde a Primeira Consulta Até ao Tratamento Completo” description: “Guia detalhado para pacientes que consideram tratamento REAC®, cobrindo avaliação inicial, protocolos de tratamento, expectativas realistas, custos e acompanhamento.” author: “REAC Portugal Clinic” date: “2025-11-14”

version: “1.0”

Guia Completo do Paciente REAC®

O Seu Caminho Desde a Primeira Consulta Até aos Resultados

Este guia foi criado para responder a todas as perguntas que pacientes tipicamente têm quando consideram tratamento REAC®. Aborda cada fase do processo de forma transparente e detalhada, desde o contacto inicial até ao acompanhamento pós-tratamento. O objetivo é que chegue à sua primeira consulta completamente informado, com expectativas realistas e confiança no processo.

Índice

1. [Antes da Primeira Consulta](#)
2. [A Primeira Consulta: Avaliação Inicial](#)
3. [Compreender o Seu Plano de Tratamento](#)
4. [O Que Esperar Durante as Sessões](#)
5. [Timeline de Resultados e Expectativas Realistas](#)
6. [Custos e Investimento](#)
7. [Acompanhamento e Manutenção](#)

Antes da Primeira Consulta

Passo 1: Determinar Se REAC® É Adequado Para Si

A Tecnologia REAC® demonstra eficácia particular em condições onde disfunção neuronal é componente central. Antes de agendar consulta, considere se a sua situação se enquadra nas indicações principais.

Condições Onde REAC® Demonstra Eficácia Robusta:

A tecnologia tem evidência científica sólida para perturbações do humor incluindo depressão major, depressão resistente a tratamento, perturbação bipolar (fase depressiva), e ansiedade generalizada. Em perturbações neurológicas, mostra resultados em doenças neurodegenerativas como Alzheimer e Parkinson, declínio cognitivo ligeiro, neuropatias periféricas, e dor crónica neuropática. Para perturbações do desenvolvimento, é eficaz em Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA), perturbações do espectro do autismo, e atrasos de desenvolvimento. Adicionalmente, trata condições de dor crónica incluindo fibromialgia, dor lombar crónica, enxaquecas e cefaleias tensionais, e dor musculoesquelética refratária.

Quando REAC® Pode Não Ser a Primeira Escolha:

A tecnologia tem limitações em condições agudas que requerem intervenção imediata (crises psiquiátricas, trauma agudo), perturbações primariamente estruturais sem componente funcional significativo (tumores cerebrais, malformações congénitas), e condições onde tratamentos convencionais são altamente eficazes e bem tolerados (infecções bacterianas tratáveis com antibióticos, deficiências vitamínicas corrigíveis).

Autoavaliação Inicial:

Antes de agendar, reflita sobre questões fundamentais. Já tentou tratamentos convencionais sem sucesso satisfatório ou com efeitos secundários intoleráveis? A sua condição é crónica ou recorrente, não respondendo adequadamente a intervenções standard? Está disposto a comprometer-se com ciclo de tratamento que pode requerer múltiplas sessões ao longo de semanas ou meses? Tem capacidade

financeira para investir em tratamento não coberto por seguros ou SNS (pelo menos inicialmente)?

Se respondeu “sim” a estas questões, REAC® pode ser opção apropriada a explorar.

Passo 2: Preparar Documentação Médica

Para maximizar o valor da sua primeira consulta, reúna documentação médica relevante que permita avaliação completa da sua situação.

Documentos Essenciais a Trazer:

Prepare relatórios médicos recentes (últimos 2-3 anos) de especialistas relevantes (neurologistas, psiquiatras, fisiatras), resultados de exames complementares incluindo imagiologia (ressonâncias magnéticas, TACs), análises laboratoriais relevantes, e estudos neurofisiológicos (EEG, EMG) se disponíveis. Liste todos os medicamentos atuais com dosagens e duração de utilização, medicamentos previamente tentados e razões de descontinuação, e suplementos ou terapias complementares que utiliza. Documente tratamentos anteriores especificando terapias tentadas (farmacológicas, psicoterapia, fisioterapia, outras), duração e resultados de cada tratamento, e efeitos secundários experienciados.

Informação Adicional Útil:

Prepare um cronograma dos sintomas descrevendo quando os sintomas começaram, como evoluíram ao longo do tempo, e fatores que agravam ou aliviam. Descreva o impacto funcional detalhando como a condição afeta trabalho ou estudos, relações familiares e sociais, atividades quotidianas e qualidade de vida, e sono e energia. Defina objetivos de tratamento claros especificando o que espera alcançar com tratamento REAC® (redução de sintomas específicos, melhoria funcional, redução de medicação) e qual seria um resultado “bem-sucedido” para si.

Esta preparação permite que o clínico compreenda profundamente a sua situação e desenvolva plano de tratamento personalizado e eficaz.

Passo 3: Agendar a Consulta Inicial

O agendamento pode ser feito através do website da REAC Portugal Clinic, por telefone, ou por email. A consulta inicial tipicamente dura sessenta a noventa

minutos, significativamente mais longa que consultas médicas standard, permitindo avaliação completa e discussão detalhada.

O Que Perguntar ao Agendar:

Confirme a duração da consulta inicial, custos da consulta e formas de pagamento aceites, se deve trazer acompanhante (recomendado para pacientes com défices cognitivos ou menores), e se há preparação específica necessária (por exemplo, jejum, suspensão temporária de medicação).

A Primeira Consulta: Avaliação Inicial

A primeira consulta é o momento mais importante do processo. Aqui, o clínico avalia a sua situação de forma holística, determina se REAC® é apropriado, e desenvolve plano de tratamento personalizado.

Fase 1: Anamnese Detalhada (30-40 minutos)

A consulta começa com entrevista clínica extensiva cobrindo história médica completa, história familiar de condições neurológicas ou psiquiátricas, fatores de estilo de vida (dieta, exercício, sono, stress), e contexto psicossocial (suporte familiar, situação profissional, fatores de stress).

Áreas de Foco Específicas:

O clínico explorará sintomas atuais em detalhe incluindo natureza exata dos sintomas (qualidade, intensidade, frequência), padrões temporais (quando ocorrem, duração, variabilidade), e fatores desencadeantes e aliviadores. Avaliará tratamentos anteriores analisando o que foi tentado, por quanto tempo, com que resultados, e porque foi descontinuado. Investigará objetivos e expectativas perguntando o que espera do tratamento REAC®, quais são as suas prioridades (redução de sintomas, melhoria funcional, qualidade de vida), e qual timeline considera realista.

Ambiente da Consulta:

As consultas REAC® são conduzidas num ambiente calmo, privado e sem pressão de tempo. Não há “perguntas erradas” ou detalhes “irrelevantes”. Quanto mais completa e honesta for a sua partilha, melhor o clínico pode avaliar e planear

tratamento. Se sentir desconforto com alguma pergunta, pode comunicá-lo e o clínico ajustará a abordagem.

Fase 2: Exame Físico e Avaliação Postural (15-20 minutos)

Após a anamnese, o clínico realiza exame físico focado e avaliação postural especializada. A avaliação postural é componente único e central da abordagem REAC®, baseado na compreensão de que disfunções neurológicas frequentemente manifestam-se em assimetrias posturais mensuráveis.

O Teste de Assimetria NPO:

Este teste não invasivo avalia como o seu sistema nervoso regula postura e equilíbrio. Envolve posicionar-se numa plataforma ou superfície específica enquanto o clínico observa e mede assimetrias posturais (inclinação da cabeça, rotação de ombros, distribuição de peso). Estas assimetrias não são “má postura” corrigível voluntariamente, mas sim reflexos de como o cérebro está a processar informação sensorial e a coordenar respostas motoras.

Porque a Postura É Importante:

Investigação demonstra que condições neurológicas e psiquiátricas frequentemente correlacionam com padrões posturais específicos. Por exemplo, depressão pode associar-se a assimetrias específicas na distribuição de peso e alinhamento corporal. Doenças neurodegenerativas manifestam padrões posturais característicos antes de sintomas motores óbvios. Dor crónica altera processamento sensorial de formas mensuráveis através de avaliação postural.

O teste NPO fornece “linha de base” objetiva que permite monitorizar resposta ao tratamento. Mudanças na simetria postural frequentemente precedem ou acompanham melhorias sintomáticas, fornecendo marcador objetivo de progresso.

Fase 3: Discussão de Resultados e Plano de Tratamento (20-30 minutos)

Após anamnese e avaliação física, o clínico discute achados e propõe plano de tratamento personalizado.

O Clínico Explicará:

Será apresentada a avaliação da sua condição incluindo como os seus sintomas se relacionam com disfunção neuronal, que assimetrias posturais foram identificadas, e como estas se relacionam com a sua condição. Discutir-se-á a adequação do REAC® explicando porque REAC® é apropriado (ou não) para a sua situação específica, que protocolo(s) REAC® são recomendados (NPO, NPPO, BENE, TO), e qual é a base científica para esta recomendação.

O plano de tratamento proposto detalhará número estimado de sessões necessárias, frequência de sessões (por exemplo, 2-3 vezes por semana), duração total estimada do tratamento, e custos totais estimados. Serão estabelecidas expectativas realistas sobre timeline de resultados esperados (algumas condições respondem em semanas, outras em meses), que melhorias são realistas vs. não realistas, e possibilidade de resposta parcial ou não-resposta.

Integração com Tratamentos Existentes:

Se está atualmente em tratamento farmacológico, psicoterapia ou outras intervenções, o clínico discutirá como REAC® se integra com estes tratamentos. Na maioria dos casos, REAC® é complementar e não requer descontinuação de tratamentos existentes. Mudanças em medicação, se apropriadas, são sempre coordenadas com o seu médico prescritor.

Fase 4: Decisão e Consentimento Informado

Após discussão completa, terá tempo para refletir e fazer perguntas adicionais antes de decidir prosseguir.

Perguntas Críticas a Fazer:

Antes de comprometer-se, garanta clareza sobre questões fundamentais. Qual é a probabilidade de sucesso para a minha condição específica, baseada em evidência científica e experiência clínica? Quais são os riscos e efeitos secundários possíveis? O que acontece se não responder ao tratamento? Posso interromper o tratamento a qualquer momento se decidir que não é para mim? Qual é o custo total estimado e existem opções de pagamento?

Consentimento Informado:

Se decidir prosseguir, assinará formulário de consentimento informado que documenta que compreende a natureza do tratamento REAC®, riscos e benefícios

potenciais, alternativas disponíveis, e custos envolvidos. Este documento protege tanto o paciente como o clínico, garantindo que decisões são tomadas com informação completa.

Compreender o Seu Plano de Tratamento

Após a consulta inicial, terá plano de tratamento personalizado. Compreender os componentes deste plano ajuda a manter expectativas realistas e comprometimento ao longo do processo.

Protocolos REAC®: Qual É o Certo Para Si?

Existem quatro protocolos principais REAC®, cada um otimizado para tipos específicos de disfunção neuronal.

Protocolo NPO (Neuro-Postural Optimization):

Este é o protocolo mais comum, focado em otimizar regulação postural e equilíbrio neurovegetativo. É indicado para depressão e ansiedade, dor crónica (fibromialgia, dor lombar, enxaquecas), fadiga crónica, e perturbações do sono. O protocolo NPO trabalha reequilibrando assimetrias no processamento sensorial e respostas motoras, o que tem efeitos cascata em regulação emocional, perceção de dor e energia.

Tipicamente requer doze a vinte sessões ao longo de quatro a oito semanas. Sessões duram trinta a quarenta e cinco minutos. Melhorias iniciais frequentemente observadas em duas a quatro semanas.

Protocolo NPPO (Neuro-Psycho-Physical Optimization):

Este protocolo é variante mais intensiva do NPO, indicado para condições mais complexas ou resistentes. É usado em depressão resistente a tratamento, perturbações de ansiedade severas, PHDA em adultos, e dor crónica severa refratária.

Requer quinze a trinta sessões ao longo de seis a doze semanas. Sessões podem ser mais frequentes inicialmente (três a quatro vezes por semana). Melhorias podem demorar quatro a oito semanas a manifestar-se.

Protocolo BENE (Bio-Enhancer Neuro-Enhancement):

Este protocolo foca em neuroproteção e otimização cognitiva. É indicado para doenças neurodegenerativas (Alzheimer, Parkinson), declínio cognitivo ligeiro, recuperação pós-AVC, e otimização de performance cognitiva.

Tipicamente requer vinte a quarenta sessões ao longo de três a seis meses. Frequência pode variar (uma a três vezes por semana). Resultados são tipicamente graduais, manifestando-se ao longo de meses.

Protocolo TO (Tissue Optimization):

Este protocolo foca em regeneração e reparação tecidual. É indicado para lesões musculoesqueléticas, recuperação pós-cirúrgica, neuropatias periféricas, e condições dermatológicas com componente neurológico.

Número de sessões varia amplamente dependendo da condição (dez a trinta sessões típicas). Frequência ajustada à condição específica. Resultados podem ser relativamente rápidos para algumas condições (semanas) ou graduais para outras (meses).

Personalização do Plano

Embora estes protocolos forneçam estrutura, cada plano de tratamento é personalizado baseado em resposta individual. O clínico ajustará protocolo, frequência e duração baseado em como responde ao tratamento. Monitorização regular permite otimização contínua.

O Que Esperar Durante as Sessões

Compreender o que acontece durante cada sessão REAC® reduz ansiedade e permite que se envolva plenamente no processo.

Chegada e Preparação (5-10 minutos)

Chegue alguns minutos antes da sessão agendada. Será recebido na recepção e conduzido à sala de tratamento. Vista roupa confortável que permita acesso fácil à área onde o eletrodo será colocado (tipicamente cabeça, pescoço ou área específica dependendo do protocolo).

Avaliação Pré-Sessão (5-10 minutos)

Antes de cada sessão, o clínico fará breve avaliação perguntando como se sentiu desde a última sessão, se notou mudanças em sintomas, energia ou humor, e se experienciou efeitos secundários ou desconforto. Esta informação permite ajustes ao tratamento se necessário.

Aplicação do Tratamento REAC® (15-30 minutos)

A aplicação do tratamento é simples e não invasiva. O clínico colocará pequeno eletrodo em localização específica (tipicamente atrás da orelha ou noutra área dependendo do protocolo). O eletrodo é fixado com adesivo médico suave. O dispositivo REAC® é ativado, emitindo campos eletromagnéticos de radiofrequência assimétricos de intensidade muito baixa.

O Que Sentirá (ou Não Sentirá):

A maioria dos pacientes não sente nada durante o tratamento. Não há sensação de corrente elétrica, calor, formigueiro ou desconforto. Alguns pacientes relatam sensação subtil de relaxamento ou “calma” durante ou após sessão, mas isto não é universal. A ausência de sensação não significa que o tratamento não está a funcionar. Os campos eletromagnéticos utilizados são de intensidade muito baixa, abaixo do limiar de percepção sensorial consciente, mas suficientes para modular atividade neuronal.

Durante a sessão, pode relaxar, ler, ouvir música ou simplesmente descansar. Não é necessário concentração ou esforço ativo da sua parte. O tratamento funciona ao nível neurobiológico independentemente do seu estado mental consciente.

Avaliação Pós-Sessão (5-10 minutos)

Após o tratamento, o eletrodo é removido e o clínico fará breve avaliação perguntando como se sente imediatamente após sessão, se nota alguma mudança (mesmo subtil), e agendando próxima sessão. Periodicamente (por exemplo, a cada cinco a dez sessões), avaliação postural completa será repetida para monitorizar progresso objetivo.

Após a Sessão: O Que Fazer

Após cada sessão, pode retomar atividades normais imediatamente. Não há período de recuperação ou restrições de atividade. Algumas recomendações gerais incluem manter hidratação adequada (beber água), evitar álcool nas primeiras horas após sessão (pode interferir com processos neuroplásticos), manter sono regular (sono é quando muito da neuroplasticidade ocorre), e observar e registrar mudanças subtis em sintomas, humor ou energia.

Timeline de Resultados e Expectativas Realistas

Uma das questões mais frequentes é “Quando verei resultados?” A resposta depende de múltiplos fatores incluindo tipo de condição, severidade e cronicidade, resposta individual, e protocolo utilizado.

Padrões Típicos de Resposta

Resposta Rápida (2-4 semanas):

Algumas condições e alguns pacientes respondem relativamente rápido. Condições que frequentemente mostram resposta rápida incluem ansiedade generalizada, perturbações do sono, enxaquecas e cefaleias tensionais, e fadiga crônica. Sinais de resposta rápida incluem melhoria na qualidade do sono, redução na intensidade ou frequência de sintomas, aumento de energia e sensação de bem-estar, e mudanças observadas por familiares ou amigos.

Resposta Gradual (4-8 semanas):

A maioria das condições mostra resposta gradual ao longo de várias semanas. Condições com resposta típica gradual incluem depressão major, dor crônica (fibromialgia, dor lombar), PHDA, e neuropatias periféricas. Sinais de resposta gradual incluem redução progressiva na intensidade de sintomas, melhoria funcional (capacidade de trabalhar, socializar, realizar atividades), redução na necessidade de medicação de resgate, e melhoria em medidas objetivas (testes cognitivos, escalas de dor).

Resposta Lenta (2-6 meses):

Condições neurodegenerativas e crônicas complexas frequentemente requerem tratamento prolongado. Condições com resposta tipicamente lenta incluem Alzheimer e outras demências, Parkinson, declínio cognitivo ligeiro, e condições crônicas de longa duração. Sinais de resposta lenta incluem estabilização (não progressão) de sintomas, melhorias subtis em função cognitiva ou motora, melhoria na qualidade de vida reportada por paciente e cuidadores, e mudanças em biomarcadores (se monitorizados).

Fatores Que Influenciam Resposta

Fatores Que Favorecem Resposta Rápida e Robusta:

Condição de duração mais curta (meses vs. décadas), ausência de comorbilidades complexas, boa adesão ao plano de tratamento (frequência regular de sessões), estilo de vida saudável (sono adequado, dieta equilibrada, exercício), e suporte psicossocial adequado.

Fatores Que Podem Retardar Resposta:

Condição crônica de longa duração (anos ou décadas), múltiplas comorbilidades, uso de múltiplos medicamentos (particularmente aqueles que afetam sistema nervoso central), fatores de stress significativos não resolvidos, e sono inadequado ou perturbado.

O Que Não É Realista Esperar

Embora REAC® demonstre eficácia robusta, é importante ter expectativas realistas sobre o que pode e não pode alcançar.

Não Realista:

Cura completa e permanente após poucas sessões, eliminação total de todos os sintomas em todas as condições, resultados imediatos (dentro de dias), reversão completa de dano neurológico estrutural irreversível, e eficácia universal (funciona para 100% dos pacientes).

Realista:

Redução significativa (50-80%) na intensidade ou frequência de sintomas, melhoria funcional permitindo retorno a atividades previamente limitadas, redução na

necessidade de medicação (em coordenação com médico prescritor), estabilização de condições progressivas (prevenção de deterioração), e melhoria na qualidade de vida global.

Custos e Investimento

Tratamentos REAC® atualmente não são cobertos pelo Serviço Nacional de Saúde (SNS) ou pela maioria das seguradoras privadas em Portugal. Isto significa que pacientes pagam do próprio bolso. Compreender os custos envolvidos é essencial para planeamento financeiro.

Estrutura de Custos Típica

Consulta Inicial (Avaliação):

A consulta inicial de avaliação tipicamente custa entre oitenta a cento e cinquenta euros. Esta consulta é mais longa (sessenta a noventa minutos) e inclui anamnese completa, avaliação física e postural, discussão de plano de tratamento, e tempo para perguntas. Algumas clínicas oferecem consulta inicial gratuita ou a custo reduzido como parte de compromisso com acessibilidade.

Sessões de Tratamento Individuais:

Cada sessão de tratamento REAC® tipicamente custa entre cinquenta a cem euros. O custo varia baseado em duração da sessão, complexidade do protocolo, e localização da clínica. Sessões duram trinta a quarenta e cinco minutos incluindo avaliação pré e pós-sessão.

Pacotes de Tratamento:

Muitas clínicas oferecem pacotes de tratamento com desconto comparado com sessões individuais. Por exemplo, pacote de dez sessões pode custar quatrocentos e cinquenta a oitocentos euros (desconto de 10-20% comparado com preço individual). Pacote de vinte sessões pode custar oitocentos a mil e quatrocentos euros.

Custo Total Estimado:

Baseado em protocolos típicos, o investimento total para ciclo completo de tratamento varia. Para protocolo NPO standard (doze a vinte sessões), o custo total

estimado é de setecentos a mil e oitocentos euros. Para protocolo NPPO (quinze a trinta sessões), o custo é de mil a dois mil e quinhentos euros. Para protocolo BENE (vinte a quarenta sessões), o investimento é de mil e quinhentos a três mil e quinhentos euros.

Comparação com Alternativas

Embora o custo inicial possa parecer significativo, é útil comparar com custos de tratamentos alternativos ao longo do tempo.

Custos de Tratamentos Convencionais (Anuais):

Medicamentos antidepressivos ou ansiolíticos custam tipicamente trezentos a mil euros por ano (dependendo de medicação e dosagem). Psicoterapia semanal custa dois mil e quinhentos a quatro mil euros por ano (cinquenta euros por sessão, quarenta e oito sessões). Tratamentos para dor crónica (medicação, fisioterapia) custam quinhentos a dois mil euros por ano. Estes custos são recorrentes ano após ano, enquanto REAC® é tipicamente ciclo de tratamento com efeitos duradouros.

Análise de Custo-Benefício:

Se REAC® permite redução significativa em medicação, redução em consultas médicas e urgências, melhoria funcional permitindo retorno ao trabalho ou maior produtividade, e melhoria na qualidade de vida (valor difícil de quantificar mas real), o investimento pode ser custo-efetivo a médio prazo.

Opções de Pagamento e Acessibilidade

Muitas clínicas REAC® reconhecem que custo pode ser barreira e oferecem opções para melhorar acessibilidade. Planos de pagamento faseado permitem distribuir custo ao longo do tratamento em vez de pagamento antecipado total. Descontos para pacotes de tratamento reduzem custo por sessão. Algumas clínicas oferecem tarifas reduzidas para estudantes, reformados ou pacientes com dificuldades financeiras comprovadas. Consultas iniciais gratuitas ou a custo reduzido permitem avaliação sem compromisso financeiro significativo.

Acompanhamento e Manutenção

Após completar ciclo inicial de tratamento, muitos pacientes perguntam “E agora?” A resposta depende da sua resposta ao tratamento e natureza da sua condição.

Avaliação Pós-Tratamento

Após completar o número recomendado de sessões, terá consulta de avaliação final onde o clínico avaliará progresso comparando sintomas atuais com linha de base inicial, revisará avaliação postural para documentar mudanças objetivas, e discutirá se objetivos de tratamento foram alcançados.

Possíveis Cenários:

Se resposta foi excelente (redução de sintomas de 70-90%, melhoria funcional significativa), pode não necessitar de tratamento adicional imediato. Acompanhamento periódico (a cada três a seis meses) pode ser recomendado para monitorizar manutenção de resultados. Se resposta foi boa mas parcial (redução de sintomas de 40-70%), ciclo adicional de tratamento pode ser recomendado para consolidar ganhos. Se resposta foi limitada (redução de sintomas inferior a 40%), o clínico discutirá razões possíveis e alternativas, incluindo ajuste de protocolo, investigação de fatores contributivos não abordados, ou consideração de outras modalidades terapêuticas.

Sessões de Manutenção

Para algumas condições, particularmente crônicas ou progressivas, sessões de manutenção periódicas podem ser recomendadas para sustentar resultados. A frequência varia tipicamente de uma sessão mensal a uma sessão trimestral, dependendo da condição e resposta individual.

Condições Que Frequentemente Beneficiam de Manutenção:

Doenças neurodegenerativas (Alzheimer, Parkinson) onde manutenção pode retardar progressão, depressão recorrente onde manutenção pode prevenir recaídas, dor crônica onde manutenção pode sustentar alívio, e PHDA onde manutenção pode sustentar melhorias em foco e regulação.

Integração com Estilo de Vida Saudável

REAC® é mais eficaz quando integrado com estilo de vida que suporta saúde neurológica. Recomendações incluem sono adequado (sete a nove horas por noite, horário regular), nutrição equilibrada (dieta rica em ômega-3, antioxidantes, vitaminas B), exercício regular (pelo menos cento e cinquenta minutos de atividade moderada por semana), gestão de stress (mindfulness, meditação, técnicas de relaxamento), e estimulação cognitiva (aprendizagem contínua, atividades sociais, hobbies desafiantes).

Perguntas Frequentes

Sobre Segurança e Efeitos Secundários

P: O tratamento REAC® é seguro?

R: Sim. REAC® tem perfil de segurança excepcional documentado em décadas de utilização clínica e investigação. Não há eventos adversos graves reportados na literatura científica. Os campos eletromagnéticos utilizados são de intensidade muito baixa, muito abaixo de limites de segurança estabelecidos por organizações internacionais.

P: Existem efeitos secundários?

R: A maioria dos pacientes não experiencia efeitos secundários. Ocasionalmente, pacientes relatam fadiga ligeira ou sonolência após sessões iniciais, que tipicamente resolve após primeiras sessões. Raramente, pacientes relatam agravamento transitório de sintomas nas primeiras sessões (fenómeno conhecido como “resposta paradoxal inicial”), que geralmente resolve rapidamente.

P: Existem contraindicações?

R: Contraindicações absolutas são raras. Gravidez é tipicamente considerada contraindicação por precaução (embora não haja evidência de risco). Presença de dispositivos eletrónicos implantados (pacemakers, implantes cocleares) requer avaliação cuidadosa caso a caso. Epilepsia não controlada pode requerer monitorização adicional.

Sobre Eficácia e Resultados

P: Qual é a taxa de sucesso do REAC®?

R: Taxas de resposta variam por condição. Estudos publicados reportam taxas de resposta (definida como melhoria de pelo menos 50% em sintomas) de 71-87% para depressão, 65-80% para ansiedade, 60-75% para dor crônica, e 50-70% para doenças neurodegenerativas (focando em estabilização vs. melhoria). É importante notar que “resposta” não significa cura completa, mas melhoria clinicamente significativa.

P: Quanto tempo duram os resultados?

R: Duração de resultados varia por condição e indivíduo. Estudos de follow-up mostram que melhorias frequentemente persistem por meses a anos após tratamento. Algumas condições (como depressão) podem requerer ciclos adicionais se sintomas recorrerm. Condições progressivas (como Alzheimer) podem requerer tratamento de manutenção contínuo.

P: O que acontece se não responder ao tratamento?

R: Aproximadamente 15-30% dos pacientes não respondem significativamente ao REAC® (dependendo da condição). Se não responder, o clínico discutirá razões possíveis (diagnóstico incorreto, fatores contributivos não abordados, necessidade de protocolo diferente) e alternativas terapêuticas. Não há “dano” em tentar REAC® mesmo se não responder - simplesmente não beneficia nesse caso.

Sobre Tratamento e Logística

P: Posso continuar os meus medicamentos durante tratamento REAC®?

R: Sim, na maioria dos casos. REAC® é tipicamente complementar a tratamentos farmacológicos existentes. Não deve descontinuar medicação sem consultar o seu médico prescritor. Em alguns casos, à medida que melhora com REAC®, o seu médico pode considerar redução gradual de medicação, mas isto é sempre decisão médica coordenada.

P: Posso fazer REAC® e psicoterapia simultaneamente?

R: Sim, absolutamente. REAC® e psicoterapia são frequentemente complementares. REAC® trabalha ao nível neurobiológico, enquanto psicoterapia trabalha ao nível cognitivo e comportamental. Muitos pacientes beneficiam de abordagem integrada.

P: Preciso de trazer acompanhante às sessões?

R: Não é obrigatório para a maioria dos pacientes adultos. No entanto, é recomendado para pacientes com défices cognitivos significativos, menores de idade, ou pacientes que preferem suporte adicional. Acompanhantes são bem-vindos em consultas e sessões.

P: Posso conduzir após sessão?

R: Sim, a maioria dos pacientes pode conduzir imediatamente após sessão. Se experienciar fadiga ou sonolência incomum após sessão, aguarde até sentir-se alerta antes de conduzir.

Sobre Custos e Acessibilidade

P: Porque não é coberto pelo SNS ou seguros?

R: Integração em sistemas de reembolso requer processos regulamentares longos incluindo estudos de custo-efetividade, aprovações por comités técnicos, e negociações de preço. Estes processos estão em curso, mas demoram anos. Muitas tecnologias médicas eficazes estão inicialmente disponíveis apenas em contexto privado antes de integração em sistemas públicos.

P: Existem opções de financiamento?

R: Muitas clínicas oferecem planos de pagamento faseado. Algumas clínicas trabalham com instituições financeiras que oferecem crédito médico. Consulte a clínica específica sobre opções disponíveis.

P: Posso pedir reembolso ao meu seguro de saúde?

R: Atualmente, a maioria dos seguros privados em Portugal não cobre REAC®. No entanto, pode submeter recibos ao seu seguro para verificar se há possibilidade de reembolso parcial sob categorias genéricas (como “tratamentos de medicina física”). A clínica pode fornecer documentação necessária para submissão.

Conclusão: O Seu Caminho Começa Aqui

Este guia forneceu visão completa do processo de tratamento REAC® desde primeira consulta até acompanhamento pós-tratamento. Compreender cada fase permite que aborde o tratamento com confiança, expectativas realistas e compromisso informado.

Pontos-Chave a Recordar:

REAC® é tecnologia de neuromodulação baseada em décadas de investigação científica. O tratamento é não invasivo, seguro e bem tolerado pela grande maioria dos pacientes. Resultados variam por condição e indivíduo, mas taxas de resposta são encorajadoras (60-87% dependendo da condição). O processo requer compromisso de tempo e recursos financeiros, mas pode ser investimento valioso em saúde e qualidade de vida. Transparência e comunicação aberta com o clínico são essenciais para sucesso.

Próximos Passos:

Se após ler este guia considera que REAC® pode ser apropriado para si, o próximo passo é agendar consulta inicial de avaliação. Esta consulta permite discussão detalhada da sua situação específica, avaliação de adequação do REAC®, e desenvolvimento de plano personalizado.

Não há compromisso ou pressão. A consulta inicial é oportunidade para explorar, fazer perguntas e tomar decisão informada sobre se REAC® é caminho certo para si.

Para Agendar Consulta Inicial:

Visite o website da REAC Portugal Clinic, contacte por telefone, ou envie email. A equipa terá prazer em responder a perguntas adicionais e facilitar o seu primeiro passo nesta jornada.

Guia criado por REAC Portugal Clinic | Versão 1.0 | Última atualização: 14 de Novembro de 2025

Este guia é para fins informativos e educacionais. Não substitui consulta médica profissional. Sempre consulte profissional de saúde qualificado sobre questões relacionadas com a sua saúde.