

ACEs Community of Practice

Comunidad de Práctica de ACEs



April 24, 2024 | 24 de abril 2024 | 12:00 PM - 1:00 PM

12:00 PM	Welcome La Bienvenida	<i>Priscila Bacio, HIP</i>
12:05 PM	Icebreaker Group Sessions Sesiones de Grupos para Romper el Hielo	<i>All / Todos</i>
12:10 PM	Reflection on ACEs Questionnaire Reflexión sobre el cuestionario de ACEs	<i>Allison Guevara, HIP Consultant</i>
12:18 PM	Strengths and Assets-based Questions Preguntas basadas en fortalezas y bienes	<i>Jorina Elbers, HIP Consultant</i>
12:33 PM	Breakout Room Discussions Conversaciones en grupos	<i>All</i>
12:48 PM	Large Group Discussion Conversación en Grupo	<i>Allison & Jorina</i>
12:58 PM	Closing Clausura	<i>Priscila, HIP</i>

[Access meeting recording here // Acceda aquí a la grabación de la reunión](#)

Reflexión sobre el cuestionario de ACEs

Reflection on ACEs Questionnaire

Allison Guevara, HIP Consultant



Preguntas basadas en fortalezas y bienes

Strengths and Assets-based Questions

Jorina Elbers, MD, HIP Consultant



What is PACES?

- **Positive And Compensatory Experiences**
- Research suggests that the presence of PACES can have a protective effect on mental health outcomes and contribute to positive developmental trajectories despite adversity.
- PACES seek to identify and leverage positive factors that contribute to resilience and well-being.

¿Qué son los PACES?

- Las experiencias positivas y compensatorias (PACES por sus siglas en inglés)
- La investigación revela que la presencia de PACES puede tener un efecto protector en los resultados de salud mental y contribuir a trayectorias de desarrollo positivas a pesar de la adversidad.
- Los PACES tratan de identificar y reforzar los factores positivos que contribuyen a la resiliencia y el bienestar.

What is Salutogenesis?

- Salutogenesis translates to “the origin of health”
- An approach to wellness that focuses on the aspects of health and salutary factors, rather than risk factors and other aspects of disease
- The goal of salutogenesis is to understand and promote factors that support health and resilience, enabling individuals to thrive despite stressors or challenges.
 - ie. assessing patients' strengths, resources, and coping mechanisms in addition to addressing symptoms or pathology.

¿Qué es la salutogénesis?

- Salutogénesis se traduce como "el origen de la salud".
- Un enfoque del bienestar que se centra en los aspectos de la salud y los factores saludables, en lugar de en los factores de riesgo y otros aspectos de la enfermedad.
- El objetivo de la salutogénesis es comprender y promover los factores que favorecen la salud y la resiliencia, permitiendo a las personas prosperar a pesar de los factores estresantes o los retos.
 - Es decir, evaluar los puntos fuertes, los recursos y los mecanismos de afrontamiento de los pacientes, además de abordar los síntomas o la patología.

Health providers can integrate salutogenic principles into their practice by:

- Identifying internal and external resources with the patient
- Fostering supportive relationships
- Promoting patient education
- Teaching coping skills or self-regulation strategies
- Collaborative goal-setting with the patient
- Promoting a sense of empowerment and agency in the patient

Los proveedores de salud pueden integrar los principios salutogénicos en su práctica mediante:

- Identificando recursos internos y externos con el paciente
- Fomentando relaciones de apoyo
- Promoviendo la educación del paciente
- Enseñando habilidades de afrontamiento o estrategias de autorregulación
- Estableciendo objetivos en colaboración con el paciente
- Fomentar en el paciente un sentimiento de autonomía y agencia

CONVERSACIONES EN GRUPO

GROUP DISCUSSIONS

Sense of Coherence (SOC)

The SOC serves as a framework for understanding how individuals navigate and make sense of stressful situations, influencing their overall well-being and resilience.

To what degree is a stressor/situation:

- 1) Comprehensible
- 2) Manageable
- 3) Meaningful

Sentido de la Coherencia (SOC por sus siglas en inglés)

El SOC sirve de marco para entender cómo los individuos se enfrentan a las situaciones estresantes y les dan sentido, lo que influye en su bienestar general y su capacidad de recuperación.

Hasta qué punto es un factor de estrés/situación:

- 1) Comprensible
- 2) Manejable
- 3) Significativa

Questions to ask:

1) Comprehensibility: Can you describe the specific stressors or challenges you're currently facing? How do you perceive these stressors? Do they seem overwhelming, confusing, or manageable to you?

2) Manageability: Can you think of another challenging time in your life? How were you able to cope with and navigate that challenge?

3) Meaningfulness: Can you identify any opportunities for growth or learning within these challenging situations?

Qué preguntas hacer:

1) Comprensibilidad: Puede describir los factores de estrés o los retos específicos a los que se enfrenta en estos momentos? ¿Cómo percibe estos factores de estrés? ¿Le parecen insoportables, confusos o superables?

2) Manejabilidad: Se le ocurre algún otro momento difícil de su vida? ¿Cómo fue capaz de afrontarlo y manejarlo?

3) Significado: ¿Puedes identificar alguna oportunidad de crecimiento o aprendizaje en estas situaciones difíciles?

Identification of Resources

Identificación de Recursos

External Resources Recursos Exteriores	Internal Resources Recursos Internos
Family Familia	Positive Self-Talk diálogo positivo con uno mismo
Friends Amigos/as	Relaxation/self-care strategies estrategias de relajación/autocuidado
Community Comunidad	Healthy behaviors comportamientos saludables
Nature Naturaleza	Intelligence inteligencia
Pets Mascotas	Personality traits características de personalidad
Music Musica	Personal strengths/abilities fortalezas/habilidades personales
Hobbies pasatiempos	Spiritual/religious beliefs creencias religiosas y espirituales
Money/financial support dinero/ayuda financiera	Physical fitness aptitud física
Home/Living Environment hogar/ambiente de vida	Physical health salud física

We welcome your feedback!

Nos gustaría recibir sus comentarios.

What was helpful in today's meeting?
¿Qué ha sido de ayuda en la reunión de hoy?

Any feedback or questions of today's meeting?
¿Algún comentario o pregunta sobre la reunión de hoy?





THANK YOU!
¡GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS!

Next Meeting: Wednesday, May 29, 12 - 1 PM
La Próxima Reunión: miércoles, 29 de mayo de 12 - 1 PM.