

## **Dott.ssa Federica Farina**

Psicologa Clinica e di Comunità, Psicoterapeuta Cognitivo Comportamentale, Istruttrice Mindfulness

### **Curriculum Professionale**

Nata a Napoli il 02/10/1981

#### **ATTIVITÀ PROFESSIONALE**

Lavora come libera professionista presso il Servizio di Neurofisiopatologia, Medicina del sonno, del Presidio Columbus (Fondazione Policlinico Gemelli) dal 2011, presso il VI Centro di Psicoterapia Cognitiva di Roma, viale Delle Milizie 138 (zona Prati) e presso lo Studio di SONNOREM, viale XXI Aprile, 81 (zona Piazza Bologna) Roma

#### **RECAPITI**

**Telefono:** 3396617700

**Indirizzo e-mail:** [info@federicafarina.it](mailto:info@federicafarina.it)

**Sito web** [www.federicafarina.it](http://www.federicafarina.it)

#### **FORMAZIONE**

Laurea in Psicologia Clinica nel 2005 presso l'Università "G. D'Annunzio" di Chieti-Pescara, nel 2012 consegue la specializzazione presso la scuola quadriennale in Psicoterapia Cognitiva (SPC) di Roma (Direttore F. Mancini) ottenendo l'abilitazione come Psicoterapeuta con votazione di 30/trentesimi. Nel 2015 ha conseguito il Master di II livello in: "Mindfulness: pratica clinica e neuroscienze" presso la Sapienza di Roma conseguendo il titolo di "Istruttrice Mindfulness per i protocolli MBSR e MBST". Dal 2009 collabora per progetti di ricerca con il Laboratorio del Sonno dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, Policlinico A. Gemelli di Roma, acquisendo capacità pratiche riguardo le registrazioni in veglia di tracciati elettropoliografici (EEG, EOG, EMG) e siglatura delle differenti fasi del sonno. Nel 2010 frequenta il XIV Corso Residenziale di Medicina del Sonno Presso il Centro Residenziale Universitario di Bertinoro per il consolidamento delle competenze necessarie a siglare le fasi di sonno, il riconoscimento delle sue componenti fasiche (complessi K, onde al vertice, fusi del sonno, onde a dente di sega) e gli stati di transizione veglia-sonno e sonno-veglia secondo i criteri introdotti da Rechtschaffen e Kales (1968). Nel 2010 L'Istituto di Studi Superiori "G. Toniolo" le conferisce un premio di studio per lo svolgimento di un progetto di ricerca dal titolo "La Terapia Cognitivo Comportamentale nel trattamento dell'Insonnia Cronica" presso L'U.O di Medicina del Sonno e Servizio di Neurofisiopatologia del Complesso Integrato Columbus sotto la direzione del Prof. G. F. Mennuni. Successivamente nel corso dello stesso anno inizia a collaborare come Psicologa Psicoterapeuta libero professionista presso Il Servizio di Neurofisiopatologia (U.O Medicina del sonno) del Complesso Integrato Columbus per lo svolgimento di : Valutazioni Psicodiagnostiche dei pazienti Insonni , Conduzione di Trattamenti Cognitivo Comportamentali di gruppo e/o individuali per la cura dell'insonnia cronica, Consulenze per il servizio di Day Hospital per le Apnee Notturme ,

Colloqui motivazionali e psicoeducazione per il miglioramento dell'aderenza del paziente al trattamento con CPAP, Somministrazione e Valutazione di Test Neuropsicologici, conduzioni di gruppi Mindfulness per la riduzione dello stress per pazienti ricoverati, pazienti ambulatoriali e per il personale della clinica. Da settembre 2009 a dicembre 2012 ha lavorato come libero professionista presso il Centro Clinico de Sanctis. Da Aprile 2010 a Gennaio 2017 ha lavorato come libero professionista presso "Centro Medico-Neurologico e Polispecialistico Le Muse", dal 2018 ad oggi presso il Centro Sonnorem e dal 2011 ad oggi presso il Sesto Centro di Psicoterapia Cognitiva per la cura di: disturbi del sonno, disturbi d'ansia, disturbi di personalità, disturbi dell'umore, disturbi psicosomatici. Da anni si occupa in modo prevalente di disturbi del sonno del Sonno, sia a livello clinico che di ricerca, ha condotto corsi di formazione per psicologi sul Trattamento cognitivo comportamentale dell'insonnia, è docente presso la Scuola di Specializzazione in Psicologia del Ciclo di Vita, Sapienza Università di Roma, è relatrice di numerosi convegni sulla Medicina del Sonno. Nel 2010 nel libro Come vincere l'Insonnia - il Metodo Naturale per dormire bene tutta la notte scritto da Gioacchino e Mauro Mennuni, casa Editrice Mondadori, collabora per la stesura del settimo capitolo "La Terapia Cognitivo Comportamentale".

### **Appartenenza a società scientifiche**

- ASSIREM, Associazione Scientifica Italiana per la Ricerca e l'Educazione nella Medicina del Sonno, membro del consiglio direttivo (anno 2016/2018)
- AIMS, Associazione Italiana di Medicina del Sonno
- SITTC, Società Italiana di Terapia Comportamentale e Cognitiva
- Albo degli Psicologi del Molise, con annotazione come psicoterapeuta

### **RICERCA**

**2009 -2012** Ho collaborato con il Laboratorio del Sonno dell'Università Cattolica del Sacro Cuore – Policlinico A. Gemelli di Roma per protocolli di ricerca sui disturbi del sonno acquisendo capacità pratiche riguardo a: registrazioni in veglia di tracciati elettropoligrafici (EEG, EOG,EMG) e relativa detezione degli artefatti, somministrazione e valutazione di test psicologici e di prestazione con l'elaborazione computerizzata dei dati, e le competenze necessarie a siglare le differenti fasi del sonno.

Nel **2011** L'Istituto di Studi Superiori "G. Toniolo" mi conferisce un premio di studio per lo svolgimento di un progetto di ricerca dal titolo "La Terapia Cognitivo Comportamentale nel trattamento dell'Insonnia Cronica" presso L'U.O di Medicina del Sonno e Servizio di Neurofisiopatologia del Complesso Integrato Columbus sotto la direzione del Prof. G. F. Mennuni.

Dal **2011** ad oggi svolgo progetti clinici e di ricerca sulla Valutazione dell'efficacia di protocolli CBT per il trattamento dell'insonnia e protocolli Mindfulness per l'insonnia (MBTI)

Nel **2012-2013** Ho svolto un progetto di ricerca sullo studio della Prevalenza dei disturbi del comportamento alimentare in pazienti con OSAS in collaborazione con il Servizio di Neurofisiopatologia del Presidio Columbus diretto dal Prof G. Mennuni.

Nel **2013** ho svolto un progetto di ricerca sull'accettazione dello stato di malattia in pazienti con distrofia Facio-scapolo-omerale (FSHD) in collaborazione l'Associazione FSHD Italia Onlus e il Policlinico Gemelli di Roma

**2016 - 2017** Ho svolto un progetto clinico e di ricerca sui Protocolli cognitivo comportamentali per l'aderenza al trattamento con terapia ventilatoria CPAP presso il Servizio di Neurofisiopatologia del Presidio Columbus in collaborazione con il Day Hospital per le apnee notturne, responsabile dott.ssa Grazia Rizzotto.

**2016-2017** Ho svolto un progetto di ricerca sulla Ruminazione, insonnia e disposizione mindful in collaborazione con dott.ssa Barbara Barcaccia, presso l'Università degli studi dell'Aquila.

Dal **2011** ad oggi svolgo progetti clinici e di ricerca sulla Valutazione dell'efficacia di protocolli CBT per il trattamento dell'insonnia e protocolli Mindfulness per l'insonnia (MBTI)

## **DOCENZE**

### **INCARICHI UNIVERSITARI**

Docente della scuola di specializzazione quinquennale post-lauream in Psicologia del Ciclo di Vita, Dipartimento di Psicologia e dei processi di sviluppo e socializzazione presso la Sapienza Università di Roma, a.a 2017/2018, ad oggi

Cultore della materia in Psicologia Clinica e gestione dello stress presso l'Università degli Studi Roma Tre, Facoltà di Scienze della Formazione a.a.2017/2018, 2018/2019

Cultore della materia in Psichiatria dell'Infanzia e dell'adolescenza presso la Facoltà di Psicologia dell'Università "G. D'annunzio" di Chieti, a.a. 2007/2008, 2008/2009.

### **DOCENZE ECM**

- Docente del corso Ecm "Il trattamento cognitivo comportamentale dell'insonnia" (16 ore di formazione), presso la Scuola di Psicoterapia Cognitiva (SPC) di Roma
- Docente del corso Ecm "Il trattamento cognitivo comportamentale dell'insonnia" (16 ore di formazione), presso la Scuola di Specializzazione AIPC di Bari.

- Docente del docente del corso Ecm “Il trattamento cognitivo comportamentale dell’insonnia” (16 ore di formazione), presso la Scuola di Specializzazione di Psicoterapia Cognitiva (SPC) di Ancona.
- Docente nel corso Ecm per medici di base. “Il trattamento cognitivo comportamentale dell’insonnia”, casa di cura Ars Medica, Roma
- Docente per il Corso Teorico Pratico sui Disturbi del Sonno (Ecm). “La terapia non farmacologica per la cura dell’insonnia”, Casa di Cura Ars Medica, Roma
- Docente al Corso Teorico Pratico sui Disturbi del Sonno (Ecm). “Le ipersonnie”, Casa Di Cura Ars Medica, Roma
- Docente al XXXIV Corso Nazionale AITN di aggiornamento professionale per Tecnici di Neurofisiopatologia presso la Sapienza Università di Roma. “Protocolli per il miglioramento dell’aderenza alla terapia ventilatoria”
- Docente nel Corso Medicina del Sonno “Il trattamento cognitivo comportamentale dell’insonnia” presso l’Istituto di Alta Formazione, Roma.

#### **PUBBLICAZIONI E CONTRIBUTI A CONVEGNI SCIENTIFICHE**

Ha pubblicato articoli su riviste nazionali con particolare riferimento al Trattamento cognitivo comportamentale dell’insonnia cronica e di altri Disturbi del sonno, e Protocolli Mindfulness per la cura dell’Insonnia. Ha contribuito alla stesura del settimo capitolo “La Terapia Cognitivo Comportamentale” nel libro Come vincere l’Insonnia - il Metodo Naturale per dormire bene tutta la notte scritto da Gioacchino e Mauro Mennuni, casa Editrice Mondadori. Le principali comunicazioni scientifiche sono state dedicate alla descrizione del modello Integrato di Trattamento cognitivo comportamentale dell’insonnia, alla figura dello psicologo nella Medicina del Sonno e all’integrazione nel protocollo CBT\_I delle Terapie di terza generazione come la Mindfulness e l’ACT per la cura dell’insonnia.