

Indice

<i>Presentazione</i> di Dieter Riemann	pag. 13
<i>Prefazione</i> di Francesco Mancini	» 15
<i>Introduzione</i> di Chiara Baglioni, Carlo Buonanno	» 17
<i>1. La fisiologia del sonno</i> di Chiara Berteotti, Viviana Carmen Lo Martire	» 21
<i>2. La salute del sonno</i> di Debora Meneo, Monica Martoni, Vincenzo Natale	» 34
<i>3. Sonno, memoria, emozioni</i> di Nicola Cellini	» 44
<i>4. La classificazione dei disturbi del sonno: DSM-5 e ICSD-3</i> di Pietro Luca Ratti	» 52
<i>5. Il disturbo di insonnia</i> di Caterina Lombardo, Alessandra Devoto, Cristiano Violani	» 64
<i>6. I fattori di vulnerabilità al disturbo di insonnia</i> di Debora Meneo, Chiara Baglioni, Carlo Buonanno	» 81

7. <i>Introduzione alla terapia cognitivo comportamentale per il disturbo di insonnia</i> di Chiara Baglioni	pag. 94
8. <i>La valutazione del disturbo di insonnia</i> di Debora Meneo, Alessandra Iannucci, Valeria Bacaro	» 103
9. <i>La famiglia di interventi della CBT-I: le terapie comportamentali. Protocolli clinici e meccanismi di azione</i> di Andrea Ballesio, Valeria Bacaro	» 122
10. <i>La famiglia di interventi della CBT-I: gli interventi di ristrutturazione cognitiva. Protocolli clinici e meccanismi di azione</i> di Carlo Buonanno, Chiara Baglioni	» 133
11. <i>Gli interventi di nuova generazione. Protocolli clinici e meccanismi di azione</i> di Silvia Cerolini, Caterina Lombardo	» 141
12. <i>Dati di efficacia sulla CBT-I e sui singoli interventi</i> di Elisabetta Baldi, Sara Curati, Debora Meneo	» 149
13. <i>La CBT-I durante la gravidanza e il periodo perinatale</i> di Laura Palagini	» 161
14. <i>Sonno, infanzia e attaccamento: aspetti clinici</i> di Valeria Bacaro, Rossella Cascone, Renata del Giudice	» 171
15. <i>La CBT per il disturbo di insonnia e i problemi comportamentali del sonno nei bambini nei primi anni di vita</i> di Alessandra Devoto, Caterina Villirillo, Carlo Buonanno, Chiara Baglioni	» 180
16. <i>La CBT-I dopo i 60 anni</i> di Chiara Mignogna, Carlo Buonanno, Chiara Baglioni	» 197
17. <i>La CBT-I per i pazienti con disturbo di insonnia in comorbidità con altro disturbo mentale o somatico</i> di Laura Palagini, Chiara Baglioni	» 206

<i>18. La CBT-I nei disturbi della nutrizione e dell'alimentazione</i> di Caterina Lombardo, Valentina Cardì, Silvia Cerolini	pag. 217
<i>19. La terapia cognitivo comportamentale dell'insonnia nella sclerosi multipla</i> di Carlo Buonanno, Giampaolo Brichetto, Morena Tafuro, Chiara Baglioni	» 228
<i>20. La CBT per i disturbi da ritmo circadiano: un focus su lavoratori a turno e adolescenti</i> di Andrea Galbiati	» 237
<i>21. Il trattamento del disturbo da incubi tramite l'Imagery Rehearsal Therapy</i> di Marzia Albanese, Maurizio Gorgoni	» 250
<i>22. La CBT-I nei diversi contesti: intervento individuale, intervento di gruppo, intervento a distanza</i> di Marco Sforza, Andrea Galbiati, Vincenza Castronovo	» 264
<i>23. Gli interventi di psicoeducazione e di prevenzione</i> di Debora Meneo, Giorgia Degasperì, Valentina Cardì, Chiara Baglioni	» 274
<i>Ringraziamenti</i>	» 285
<i>Bibliografia</i>	» 287
<i>Gli Autori</i>	» 343