

## INFORMAZIONI PERSONALI

Silvia D'Oca

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

04/2019–07/2019

University of the West Indies, School of Nursing, Mona Campus, Kingston (Giamaica)

Stesura del progetto di tesi sui sistemi di salute mentale nei Paesi latinoamericani e caraibici. Programma internazionale "Globus Tesi"

12/2018–03/2019

Instituto de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro (Brasile)

Conduzione di un progetto di ricerca sul benessere fisico e psicosociale dei migranti sardi in Brasile. Programma internazionale "Globus Placement"

09/2018–12/2018

DOA Saude Mental "Centro de Rehabilitación Psicosocial y Laboral", Vigo (Spagna)

Osservazione, affiancamento e organizzazione di attività riabilitative con utenti adulti con disabilità psicosociale presso un centro di riabilitazione psicosociale e partecipazione al progetto "PIPPS" di intervento precoce per giovani con diagnosi di psicosi. Programma internazionale "Erasmus Traineeship"

04/2018–08/2018

Assistenza domiciliare per una persona anziana, Cagliari.

11/2016–07/2018

Centro di Psichiatria di Consultazione e Psicosomatica, Ospedale San Giovanni di Dio, Cagliari

Tirocinio formativo universitario laurea magistrale:

- organizzazione e gestione delle attività riabilitative del centro: gestione dei laboratori insieme agli utenti, conduzione di gruppi, elaborazione e verifiche periodiche dell'andamento dei piani individualizzati

- affiancamento dei tirocinanti dei corsi di laurea triennale per la messa in pratica delle attività di riabilitazione e la gestione del rapporto con le persone con disabilità psicosociale che frequentano il centro

- progettazione generale e gestione dei progetti Legge 20

11/2017–04/2018

Arianna Cooperativa Sociale, Cagliari (Italia)

Collaborazione occasionale per attività di coordinamento, affiancamento, formazione e organizzazione di laboratori e attività riabilitative di inclusione sociale e lavorativa per persone con disabilità psicosociale, all'interno del progetto finanziato da Fondazione di Sardegna "Centro Culturale La Virgola, per supportare l'inclusione delle persone oltre la virgola".

- 05/2017–10/2017 Arianna Cooperativa Sociale  
Collaborazione occasionale per attività di supporto educativo e riabilitativo nell'ambito del progetto "Centro Culturale La Virgola per supportare l'inclusione delle persone oltre la virgola"
- 01/2017–04/2017 Centre Collaborateur OMS di Lille Metropole  
Stage di ricerca nell'ambito della salute mentale (in particolare sul processo di aggiornamento della Classificazione Internazionale delle Malattie - ICD). Borsa di studio "Premialaurea"
- 09/2016–01/2017 Tecnico della riabilitazione psichiatrica: percorso di affiancamento individualizzato per una persona con disabilità psicosociale, Cagliari
- 04/2016–06/2016 Associazione Università Europea del Mediterraneo ONLUS, Cagliari  
Collaborazione occasionale per attività di supporto alla ricerca presso il Centro di Psichiatria di Consultazione e Psicosomatica, Ospedale San Giovanni di Dio, Cagliari
- 02/2016–07/2018 Babysitter  
Serramanna
- 01/2016–03/2016 Università degli Studi di Cagliari  
Collaborazioni studentesche - "aiuto studio": attività di supporto allo studio per studenti con disabilità e/o DSA
- 09/2015–12/2015 Universidad del Museo Social Argentino, Buenos Aires (Argentina)  
Conduzione di un progetto di ricerca sul benessere fisico e psicosociale dei migranti sardi in Argentina. Programma internazionale "Globus Placement".
- 05/2015–08/2015 Centro di Psichiatria di Consultazione e Psicosomatica, Ospedale San Giovanni di Dio, Cagliari  
Tirocinio formativo universitario: affiancamento dell'équipe nella conduzione di una ricerca sul rischio di depressione, burnout e bassa qualità della vita tra il personale dell'ospedale universitario di Cagliari.
- 01/2015–02/2015 Azienda Essezeta di Salis Giovanni  
Cameriera durante gli eventi "Il pranzo della solidarietà" (Pirri, 6 gennaio 2015) e "La cena alla corte degli Arborea" (Oristano, 14 febbraio 2015)
- 11/2014–05/2015 Centro diurno Alzheimer, Cagliari (Italia)  
Tirocinio formativo universitario  
- Osservazione e apprendimento delle dinamiche delle attività diurne  
- Appoggio e affiancamento al personale per le attività quotidiane del centro

- 06/2014–01/2015 Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura n° 2, Ospedale Santissima Trinità di Cagliari, Cagliari (Italia)  
Tirocinio formativo universitario:  
- Supporto per le persone ricoverate nel reparto;  
- Organizzazione di attività riabilitative all'interno del reparto
- 09/2013–05/2015 DSM Cagliari, laboratorio di informatica del CSM di Cagliari A, Cagliari (Italia)  
Tirocinio formativo universitario:  
- Guida e supporto nell'ambito di un corso di informatica di base rivolto a utenti del Centro di Salute Mentale di Cagliari A;  
- Guida e supporto di un gruppo di utenti del Centro di Salute Mentale di Cagliari A nel progetto di training cognitivo "Cogpack";
- 08/2009–08/2012 Compagnia del Sacro Cuore Evaristiane, Putzu Idu (OR) (Italia)  
Attività di volontariato nell'assistenza e nell'organizzazione di attività ricreative per persone con disabilità fisiche e/o psicosociali, anziani e bambini dai 4 ai 12 anni (progetto "Spiaggia Day").

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

- 11/2016–02/2020 **Corso di Laurea Magistrale in Scienze Riabilitative delle Professioni Sanitarie**  
Università degli Studi di Cagliari, Facoltà di Medicina e Chirurgia, Professioni Sanitarie, Cagliari (Italia)  
Titolo tesi di laurea  
"I sistemi di salute mentale in America Latina: una revisione sistematica sui processi di governance e sui programmi di promozione e prevenzione"  
Votazione di 110 e lode
- 16/09/2019–20/09/2019 **International Summer School on Human Rights and Mental Health**  
World Health Organization e Università degli Studi di Cagliari, Cagliari (Italia)  
Training Quality Rights sui diritti delle persone con disabilità psicosociale, usando come riferimento la CRPD (Convention on the Rights of Persons with Disabilities)  
[Documenti collegati](#) Summer School Human Rights and Mental Health.pdf
- 09/09/2019–13/09/2019 **Laboratorio Terre2030#Nuraminis\_2019, Officine di CondiVisioni per Comunità Sostenibili**  
Associazione Città della Terra Cruda e Comune di Nuraminis, Nuraminis (Italia)  
Laboratorio partecipativo di comunità volto alla co-creazione di futuri desiderabili e sostenibili per la comunità di Nuraminis-Villagrega e ispirato ai 17 obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 dell'ONU.
- 09/2012–04/2016 **Corso di Laurea Triennale in Tecnica della Riabilitazione Psichiatrica**  
Università degli Studi di Cagliari, facoltà di Medicina e Chirurgia, Professioni Sanitarie, Cagliari (Italia)  
Titolo tesi di laurea  
"La qualità della vita in un campione di immigrati sardi a Buenos Aires a confronto con la qualità della vita in Italia e in Sardegna: quanto pesa un sistema sanitario per coloro che non stanno bene?"  
Votazione di 110 e lode e menzione speciale

09/2007–07/2012

**Maturità Scientifica con votazione di 85/100**

Liceo Scientifico Statale "Pitagora" ad opzione spagnola, Selargius (Italia)

**COMPETENZE PERSONALI**

Lingua madre Italiano

Lingue straniere	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
spagnolo	C1	B2	C1	C1	B2
Certificato di lingua spagnola di livello B2 presso il Centro Linguistico d'Ateneo di Cagliari					
inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Esame di inglese - livello B1 presso l'Università degli Studi di Cagliari					
francese	B1	B1	A2	A2	A2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue - Scheda per l'autovalutazione

**Competenze comunicative** Buone competenze comunicativo-relazionali e buona propensione e capacità di interagire con persone di diversa nazionalità e cultura, maturate in particolare grazie alle esperienze di vita all'estero. Ottimo senso di adattamento e attitudine al lavoro in gruppo.

**Competenze organizzative e gestionali** Buone competenze organizzative e gestionali acquisite durante le esperienze di lavoro, di tirocinio formativo e di vita quotidiana.

**Competenze digitali**

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente autonomo	Utente autonomo	Utente autonomo	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Buona conoscenza degli strumenti di Microsoft Office.

Iniziazione ai software di ricerca Alceste (analisi semantica dei dati) e Sphinx (raccolta e analisi preliminare dei dati).

**Altre competenze** - Apprendimento delle tecniche di Basic Life Support durante il percorso universitario  
 - Passione per i viaggi e per la conoscenza di altre culture, per la cucina e l'alimentazione, la fotografia e l'ecologia

**ULTERIORI INFORMAZIONI**

**Certificazioni** Certificato dell'Organizzazione Mondiale della Sanità per il programma "Quality Rights E-Training" su salute mentale, diritti umani e recovery (07/2019).

[Documenti collegati diploma-humanrightscertificate.pdf](#)

**Progetti** "Letture impazienti": incontri di lettura rivolti ai bambini ricoverati all'interno dell'ospedale Brotzu di Cagliari (svolto nel 2012).

**Progetti** "Monumenti Aperti": Guida presso l'anfiteatro di Cagliari. (maggio 2010 e 2011)

**Progetti** "Comenius": programma di mobilità studentesca (facente parte del progetto "Erasmus") della durata di tre mesi (09/2010 - 12/2010) presso Mocejòn (Toledo- Spagna).

**Pubblicazioni** Risk for Depression, Burnout and Low Quality of Life Among Personnel of a University Hospital in Italy is a Consequence of the Impact One Economic Crisis in the Welfare System?

Carta MG, Preti A, Portoghese I, Pisanu E, Moro D, Pintus M, Pintus E, Perra A, D'Oca S, Atzeni M, Campagna M, Pascolo EE, Sancassiani F, Finco G, D'Aloja E, Grassi L

Clin Pract Epidemiol Ment Health. 2017 Oct 13;13:156-167. doi: 10.2174/1745017901713010156. eCollection 2017.

Quality of Life of Sardinian Immigrants in Buenos Aires and of People Living in Italy and Sardinia: Does the Kind of Care have a Role for People with Depression?

Carta MG, D'Oca S, Atzeni M, Perra A, Moro MF, Sancassiani F, Mausel G, Nardi AE, Minerba L, Brasesco V.

Clin Pract Epidemiol Ment Health. 2016 Dec 23;12:158-166. doi: 10.2174/1745017901612010158. eCollection 2016.

An evolutionary approach to mania studying Sardinian immigrants to Argentina.

Carta MG, Perra A, Atzeni M, D'Oca S, Moro MF, Kurotschka PK, Moro D, Sancassiani F, Minerba L, Brasesco MV, Mausel G, Nardi AE, Tondo L.

Rev Bras Psiquiatr. 2017 Mar 9:0. doi: 10.1590/1516-4446-2016-2005.

Depression in Sardinian immigrants in Argentina and residents in Sardinia at the time of the Argentinian default (2001) and the Great Recession in Italy (2015).

Carta MG, Atzeni M, D'Oca S, Perra A, D'Aloja E, Brasesco MV, Moro MF, Minerba L, Sancassiani F, Moro D, Mausel G, Bhugra D.

BMC Psychiatry. 2017 Feb 8;17(1):59. doi: 10.1186/s12888-017-1226-1.

**Trattamento dei dati personali** Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali.

#### ALLEGATI

- diploma-humanrightscertificate.pdf
- Summer School Human Rights and Mental Health.pdf

diploma-humanrightscertificate.pdf 

● CERTIFICATE ● DATE: 07/09/2019

## MENTAL HEALTH, HUMAN RIGHTS & RECOVERY

— ● —

**SILVIA D'OCA**

has completed all the modules relevant to this  
certificate in:

**QUALITYRIGHTS E-TRAINING**



Foundation in Mental  
Health, Human Rights  
and Recovery



**Dr Soumya Swaminathan**  
Chief Scientist  
World Health Organization, Geneva



**World Health  
Organization**



**WHO QualityRights**  
Act, unite and empower for mental health

## Summer School Human Rights and Mental Health.pdf

