

BANCA DATI CONCORSO UNICO REGIONALE OSS PUGLIA 2026

Tutti i 3000 Quiz con Domanda e Risposta Esatta

Quotidiano Sanitario Nazionale

AssoCareNews.it

diretto da Angelo Riky Del Vecchio, Giornalista e Infermiere Magistrale

www.assocarenews.it

SOLO PRATICA - 2

CONCORSO OPERATORE SOCIO SANITARIO (OSS)

Raccolta Ufficiale di 100 Quesiti di Prove Pratiche ad Ordinamento Sequenziale

Metodologia di simulazione avanzata a cura di AssoCareNews.it

Guida alle prove pratiche di sequenza (Procedura d'esame):

Nei concorsi pubblici per OSS, i test a risposta multipla o a ordinamento sequenziale valutano la padronanza delle procedure assistenziali, igienico-sanitarie e di sicurezza. Ogni quesito propone una serie di passaggi operativi in ordine causale errato: il candidato deve riordinarli cronologicamente o logicamente secondo i protocolli operativi standard (SOP) e le linee guida ministeriali.

Struttura della Raccolta e Aree Tematiche

Area I: Assistenza Igienico-Sanitaria

Igiene del letto occupato e libero, bagno a letto, igiene del cavo orale, cura dei piedi e prevenzione lesioni da decubito.

Area II: Procedure Clinico-Assistenziali

Rilevazione parametri vitali, raccolta campioni biologici, preparazione e gestione carrelli di medicazione e terapia.

Area III: Sicurezza e Prevenzione (HACCP / Rischio Clinico)

Vestizione/svestizione DPI, sanificazione superfici, gestione rifiuti sanitari pericolosi, prevenzione cadute.

Area IV: Emergenza e Primo Soccorso

Attivazione catena di sopravvivenza, BLS di base, gestione del paziente in arresto o lipotimia, manovre di disostruzione.

Consigli per il Trainer / Candidato:

Nei fogli seguenti sono presentati 100 quesiti composti da sequenze di 4 o 5 azioni ciascuno. Esercitarsi nell'ordinamento cronologico rigoroso allena il pensiero clinico procedurale richiesto dalle commissioni d'esame ASL/Aziende Ospedaliere.

Sezione A: Assistenza Igienico-Sanitaria e Vestizione (Q. 1 - 10)

Quesito 1: Esecuzione del bagno a letto al paziente allettato

1. Insaponare e sciacquare procedendo dalle parti pulite a quelle più contaminate (viso, torace, addome, arti).
2. Lavare i genitali e la regione perianale indossando guanti puliti.
3. Preparare il materiale occorrente (acqua tiepida, detergente, biancheria pulita, catino) e informare il paziente.
4. Asciugare accuratamente tamponando e rifare il letto occupato.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 3 - 1 - 2 - 4

Quesito 2: Vestizione dei DPI (Camice, Mascherina, Occhiali, Guanti)

1. Indossare i guanti tirando i polsini sopra le maniche del camice.
2. Indossare il camice monouso legandolo dietro collo e vita.
3. Indossare la mascherina chirurgica/FFP2 adattando il nasello metallico.
4. Indossare gli occhiali di protezione o visiera paraschizzi.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 3 - 4 - 2 - 1

Quesito 3: Rifacimento del letto occupato

1. Rimuovere le lenzuola sporche dal lato libero e posizionare la traversa e il lenzuolo pulito arrotolati a metà sul letto.
2. Informare il paziente, bloccare le ruote del letto e abbassare le sponde dal lato di lavoro.
3. Girare il paziente sul fianco pulito, sfilare la biancheria usata e stendere quella pulita dall'altro lato.
4. Lavare le mani, indossare i guanti e posizionare il paravento per garantire la privacy.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 4 - 2 - 1 - 3

Quesito 4: Rilevazione della temperatura corporea con termometro digitale

1. Accendere il termometro e posizionarlo nel cavo ascellare asciutto, facendo accostare il braccio al torace.
2. Lavare le mani e sanificare la sonda del termometro con soluzione disinfettante.
3. Attendere il segnale acustico, leggere il valore, registrare il dato sulla cartella e disinfettare nuovamente lo strumento.
4. Informare l'assistito sulla procedura da effettuare.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 4 - 1 - 3

Quesito 5: Igiene del cavo orale in paziente non autosufficiente

1. Posizionare il paziente in posizione semi-seduta o seduta (se possibile) con un asciugamano sotto il mento.
2. Lavare le mani, indossare i guanti e preparare lo spazzolino con dentifricio o tampone imbevuto di collutorio.
3. Spazzolare i denti con movimenti verticali dalla gengiva verso il dente e pulire lingua e mucose.
4. Invitare il paziente a sciacquare la bocca o aspirare le secrezioni e asciugare il viso.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 1 - 3 - 4

Sezione B: Rilevazione Parametri e Campioni Biologici (Q. 11 - 20)

Quesito 6: Rilevazione della pressione arteriosa con sfigmomanometro aneroido

1. Posizionare il bracciale scoperto circa 2-3 cm sopra la piega del gomito e palpare l'arteria brachiale.
2. Far riposare il paziente per almeno 5 minuti in posizione comoda (seduta o supina).
3. Gonfiare il bracciale e rilasciare lentamente la valvola ascoltando i toni di Korotkoff con il fonendoscopio.
4. Registrare i valori di pressione sistolica (massima) e diastolica (minima) sulla documentazione.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 1 - 3 - 4

Quesito 7: Raccolta di un campione di urina per esame coltururico (urinocoltura)

1. Spiegare al paziente di scartare il primo getto di urina e raccogliere il mitto intermedio nell'apposito contenitore sterile.
2. Eseguire l'igiene genitale con acqua e sapone (o salvietta antisettica) procedendo da avanti verso dietro.
3. Lavare le mani, indossare i guanti non sterili e preparare il barattolo sterile senza toccarne l'interno.
4. Chiudere ermeticamente il contenitore, etichettarlo con i dati anagrafici e inviarlo tempestivamente in laboratorio.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 3 - 2 - 1 - 4

Quesito 8: Misurazione della saturazione di ossigeno (pulsossimetro / saturimetro)

1. Applicare la molletta del saturimetro su un dito della mano (preferibilmente senza smalto o unghie finte).
2. Lavare le mani e informare il paziente sull'importanza della rilevazione immobile.
3. Accendere il dispositivo e attendere la stabilizzazione dell'onda pletismografica e dei valori (SpO2 e FC).
4. Annotare i valori rilevati e spegnere il dispositivo sanificandolo.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 1 - 3 - 4

Quesito 9: Preparazione del carrello per la medicazione semplice di una ferita

1. Lavare accuratamente le mani e indossare i DPI previsti (camice e mascherina).
2. Pulire e disinfettare il piano superiore del carrello con soluzione detergente/disinfettante dedicata.
3. Disporre sul carrello il materiale sterile (garze, pinze, disinfettante, cerotti) mantenendo la sterilità delle confezioni.
4. Trasportare il carrello nella stanza del paziente e predisporre l'ambiente.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 10: Rilevazione del peso corporeo con bilancia pesa-persone a sedia

1. Azzerare la bilancia e far sedere comodamente il paziente assicurandosi che i piedi siano sugli appositi supporti.
2. Informare il paziente e verificare che indossi abiti leggeri e sia privo di oggetti pesanti nelle tasche.
3. Leggere il valore di peso visualizzato sul display o sul cursore meccanico.
4. Aiutare il paziente a rialzarsi, riordinare l'area e registrare il peso sulla scheda clinica.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 1 - 3 - 4

Sezione C: Prevenzione Lesioni e Mobilizzazione (Q. 11 - 20)

Quesito 11: Cambio di posizione del paziente allettato (decubito laterale)

1. Lavare le mani, indossare i guanti e informare il paziente sulla manovra da compiere.
2. Allineare il corpo del paziente, flettere le ginocchia e posizionare un cuscino tra le ginocchia e dietro la schiena.
3. Spostare il paziente verso il lato opposto del letto per agevolare il rotolamento.
4. Ruotare delicatamente il paziente sul fianco controllando il comfort e l'integrità cutanea.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 3 - 2 - 4

Quesito 12: Applicazione delle calze elastocompressive antitrombo

1. Misurare la circonferenza della gamba del paziente per scegliere la taglia corretta della calza.
2. Far sdraiare il paziente a letto la mattina prima che si alzi, tenendo gli arti inferiori sollevati per qualche minuto.
3. Rovesciare la calza fino al tallone, calzare la punta e il tallone e risalire progressivamente senza formare pieghe.
4. Controllare la regolarità della circolazione periferica e il comfort del paziente.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 13: Trasferimento del paziente dal letto alla sedia a rotelle

1. Bloccare i freni del letto e della sedia a rotelle, posizionando quest'ultima a 45 gradi rispetto al letto.
2. Far sedere il paziente sul bordo del letto con i piedi ben appoggiati a terra per qualche istante (prevenzione ipotensione ortostatica).
3. Cingere la vita del paziente con entrambe le braccia (o ausilio di transfer) e sollevarlo mantenendo la schiena eretta.
4. Ruotare e accompagnare dolcemente il paziente a sedere sulla sedia a rotelle, posizionando i poggiapiedi.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 14: Gestione e svuotamento del sacchetto di raccolta urine (diuresi)

1. Indossare i guanti monouso e il grembiule protettivo monouso.
2. Posizionare il contenitore graduato sotto il rubinetto della sacca senza toccare le pareti interne del contenitore.
3. Aprire il rubinetto di scarico, svuotare completamente la sacca e chiudere accuratamente il rubinetto.
4. Leggere la quantità di urina, registrare il dato nel foglio di monitoraggio liquidi e sanificare il contenitore.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 15: Igiene dei capelli del paziente allettato con shampoo secco o cuffia

1. Proteggere il cuscino con una traversa impermeabile e posizionare una bacinella per capelli (se si usa acqua) o scaldare la cuffia monodose.
2. Informare il paziente, lavare le mani e indossare i guanti.
3. Applicare il prodotto massaggiando delicatamente il cuoio capelluto (o risciacquando con acqua tiepida protetta).
4. Tamponare con asciugamano, pettinare i capelli e riordinare il letto.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 2 - 1 - 3 - 4

Sezione D: Sicurezza, HACCP e Sanificazione (Q. 21 - 32)

Quesito 16: Sanificazione di un letto ospedaliero dopo la dimissione del paziente

1. Indossare i DPI completi (guanti spessi o monouso robusti, occhiali, mascherina e camice).
2. Rimuovere tutta la biancheria sporca inserendola negli appositi sacchi per il servizio lavanderia.
3. Applicare il detergente-disinfettante sulle superfici partendo dalle parti alte (testata, sponde) e procedendo verso la base e le ruote.
4. Risciacquare (se previsto dal prodotto) e lasciare asciugare all'aria prima di rifare il letto.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 17: Gestione e smaltimento dei rifiuti sanitari taglienti (aghi e bisturi)

1. Utilizzare l'apposito contenitore rigido a norma per taglienti posizionato vicino al punto di utilizzo.
2. Al termine della procedura, introdurre immediatamente l'ago usato senza tentare di rincappucciarlo.
3. Chiudere la chiusura provvisoria di sicurezza del contenitore quando è in uso e quella definitiva al raggiungimento del livello massimo consentito (linea di fill).
4. Smaltire il contenitore pieno secondo le procedure aziendali per rifiuti speciali pericolosi a rischio infettivo.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 18: Lavaggio sociale delle mani con soluzione idroalcolica

1. Prendere una dose di soluzione disinfettante nel palmo della mano.
2. Frizionare palmo contro palmo, il dorso con le dita intrecciate, i pollici e i polsi per almeno 20-30 secondi.
3. Verificare che le mani siano visibilmente pulite e asciutte da materiale organico.
4. Continuare la frizione fino a completa evaporazione del prodotto.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 3 - 1 - 2 - 4

Quesito 19: Distribuzione dei pasti al paziente deglutente in autonomia protetta

1. Lavare le mani, verificare la corrispondenza del vassoio con la dieta prescritta e la targhetta del paziente.
2. Aiutare il paziente a sedersi in posizione eretta o semi-eretta sul letto o in poltrona.
3. Lavare le mani del paziente e posizionare il tovagliolo protettivo sul torace.
4. Servire le pietanze verificandone la temperatura e incoraggiando l'alimentazione assistita.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 20: Rimozione dei guanti monouso contaminati in sicurezza

1. Afferrare il bordo del primo guanto all'altezza del polso e rivoltarlo verso l'esterno sfilandolo parzialmente.
2. Estrarre completamente il primo guanto tenendolo racchiuso nel palmo del guanto ancora indossato.
3. Inserire le dita della mano pulita sotto il polso del secondo guanto e sfilarlo rivoltandolo sopra il primo.
4. Gettare i guanti nel contenitore dei rifiuti assimilabili agli urbani o infettivi e procedere all'igiene delle mani.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 21: Gestione di un paziente adulto privo di coscienza (Catena della sopravvivenza)

1. Valutare lo stato di coscienza scuotendo delicatamente le spalle e chiamando ad alta voce ("Mi sente?").
2. Verificare la presenza di respiro normale (guarda, ascolta, senti - GAS) per non più di 10 secondi.
3. Chiamare o far chiamare il 112 / squadra di emergenza interna e richiedere il defibrillatore (DAE).
4. Posizionare il paziente in posizione laterale di sicurezza (PLS) se respira, o iniziare il massaggio cardiaco se in arresto.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 22: Posizionamento in Posizione Laterale di Sicurezza (PLS)

1. Inginocchiarsi di fianco al paziente, raddrizzare le gambe e posizionare il braccio più vicino ad angolo retto con il palmo rivolto in alto.
2. Prendere il braccio opposto, portare il dorso della mano contro la guancia del paziente dal lato del soccorritore.
3. Afferrare la gamba opposta sopra il ginocchio e tirarla verso di sé facendo ruotare il corpo sul fianco.
4. Regolare la testa all'indietro per mantenere libere le vie aeree e controllare periodicamente il respiro.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 23: Gestione del soffocamento da corpo estraneo (Manovra di Heimlich nell'adulto)

1. Riconoscere i segni di ostruzione grave delle vie aeree (incapacità di parlare, tosse silente, mani alla gola).
2. Posizionarsi alle spalle del paziente, cingerlo con le braccia attorno all'addome inclinandolo leggermente in avanti.
3. Chiudere una mano a pugno e posizionarla tra l'ombelico e l'apofisi xifoidea, afferrandola con l'altra mano.
4. Eseguire compressioni rapide e decise verso l'interno e verso l'alto fino alla rimozione del corpo estraneo o perdita di coscienza.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 24: Intervento in caso di lipotimia o svenimento imminente

1. Accogliere i segnali di malessere (vertigini, pallore, sudorazione fredda) e far sedere o sdraiare subito il paziente.
2. Sollevare gli arti inferiori di circa 20-30 cm per favorire il ritorno venoso al cervello.
3. Allentare gli abiti stretti (colletti, cravatte, cinture) per facilitare la respirazione.
4. Monitorare i parametri vitali e avvisare tempestivamente l'infermiere o il medico di reparto.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesito 25: Gestione di una piccola ferita sanguinante con rischio biologico

1. Indossare immediatamente i guanti protettivi monouso.
2. Lavare la ferita con abbondante soluzione fisiologica o acqua corrente e sapone neutro.
3. Applicare un disinfettante non alcolico (es. iodopovidone o clorexidina) e coprire con garza sterile e cerotto.
4. Smaltire i materiali sporchi negli appositi contenitori e compilare la scheda di infortunio se puntura accidentale.

Sequenza corretta AssoCareNews.it: 1 - 2 - 3 - 4

Quesiti 26 - 35: Igiene e Comfort Alberghiero

- **Q26 (Pediluvio a letto):** 1. Preparare acqua tiepida e catino -> 2. Proteggere il letto con traversa -> 3. Lavare e asciugare tra le dita -> 4. Applicare crema idratante.
- **Q27 (Rasatura della barba):** 1. Informare e posizionare il paziente -> 2. Applicare schiuma da barba -> 3. Tendere la pelle e rasare seguendo il pelo -> 4. Sciacquare e applicare dopobarba lenitivo.
- **Q28 (Pulizia del padella / comoda):** 1. Indossare DPI -> 2. Rimuovere la padella evitando sversamenti -> 3. Eseguire l'igiene intima del paziente -> 4. Svuotare e sanificare il presidio nel lava-padelle.
- **Q29 (Sanificazione comodino):** 1. Rimuovere oggetti personali -> 2. Passare panno con detergente dall'alto in basso -> 3. Applicare disinfettante -> 4. Asciugare.
- **Q30 (Raccolta campione feci):** 1. Fornire padella pulita -> 2. Trasferire una piccola quantità con paletta nell'apposito contenitore sterile -> 3. Chiudere e etichettare -> 4. Lavare e igienizzare.

Quesiti 36 - 45: Supporto Clinico e Alimentazione

- **Q36 (Gestione sondino naso-gastrico - SNG):** 1. Verificare il fissaggio del cerotto -> 2. Curare l'igiene del cavo orale e delle narici -> 3. Applicare crema protettiva anti-irritazione -> 4. Segnalare eventuali trazioni.
- **Q37 (Preparazione carrello terapia):** 1. Lavare le mani -> 2. Pulire il piano di lavoro -> 3. Verificare la presenza di bicchieri monouso e acqua -> 4. Accompagnare l'infermiere nella somministrazione.
- **Q38 (Posizionamento stomia intestinale - cambio sacca):** 1. Indossare i guanti -> 2. Rimuovere delicatamente la placca usata dall'alto verso il basso -> 3. Pulire la cute peristomale con acqua tiepida e asciugare tamponando -> 4. Applicare la nuova sacca misurata.
- **Q39 (Prevenzione cadute in reparto):** 1. Valutare il rischio caduta all'ingresso -> 2. Alzare le sponde del letto se prescritto -> 3. Posizionare il campanello di chiamata a portata di mano -> 4. Illuminare il percorso notturno.
- **Q40 (Rilevazione della diuresi delle 24 ore):** 1. Avvisare il paziente di raccogliere ogni emissione -> 2. Svuotare ogni volta la padella nel contenitore graduato -> 3. Annotare il volume esatto nel registro -> 4. Consegnare il totale al mattino.

Quesiti 41 - 50: Relazione, Comunicazione e Etica Professionale

- **Q41 (Accoglienza nuovo utente):** 1. Presentarsi con qualifica e nome -> 2. Mostrare la stanza e il letto assegnato -> 3. Spiegare l'uso dei dispositivi di chiamata e servizi -> 4. Informare l'infermiere dell'arrivo.
- **Q42 (Gestione paziente agitato/aggressivo):** 1. Mantenere la calma e un tono di voce rassicurante -> 2. Mantenere la distanza di sicurezza -> 3. Non contraddire bruscamente -> 4. Chiamare tempestivamente supporto infermieristico/medico.
- **Q43 (Segnalazione passaggio di consegne - Consegne OSS):** 1. Raccogliere le informazioni rilevanti del turno (diuresi, alimentazione, umore) -> 2. Partecipare al Briefing con l'équipe infermieristica -> 3. Riportare le criticità osservate -> 4. Firmare il registro.
- **Q44 (Sanificazione termometri):** 1. Lavare con acqua fredda e detergente -> 2. Immergere in soluzione disinfettante per il tempo indicato -> 3. Risciacquare e asciugare -> 4. Riporre nell'apposito contenitore pulito.
- **Q45 (Raccolta rifiuti speciali):** 1. Riconoscere il sacco giallo per rifiuti infettivi -> 2. Chiudere ermeticamente il sacco a 3/4 della capienza -> 3. Etichettare con codice CER -> 4. Depositare nel locale raccolta rifiuti temporaneo.

Quesiti 51 - 63: Tecniche di Supporto Infermieristico e Monitoraggio

- **Q51 (Posizionamento catetere vescicale - igiene preventiva):** 1. Lavare le mani e indossare guanti puliti -> 2. Eseguire l'igiene genitale preliminare dall'alto verso il basso -> 3. Sostituire i guanti con quelli sterili per l'infermiere -> 4. Smaltire i materiali.
- **Q52 (Rimozione catetere vescicale su prescrizione):** 1. Informare il paziente -> 2. Aspirare completamente il liquido dal palloncino di ancoraggio con siringa -> 3. Sfilare delicatamente il catetere invitando a respirare profondamente -> 4. Monitorare la prima minzione spontanea.
- **Q53 (Assistenza alla toracentesi / paracentesi):** 1. Preparare il materiale sterile -> 2. Posizionare il paziente comodamente come indicato dal medico -> 3. Sostenere e rassicurare durante la procedura -> 4. Monitorare i parametri vitali post-procedura.
- **Q54 (Raccolta espettorato):** 1. Offrire un bicchiere d'acqua al risveglio -> 2. Spiegare di tossire profondamente emettendo muco dai bronchi e non saliva -> 3. Raccogliere nel vasetto sterile -> 4. Sigillare e inviare in laboratorio.
- **Q55 (Gestione paziente con tracheostomia - supporto igienico):** 1. Indossare DPI -> 2. Rimuovere la controcanula interna (se prevista) per la pulizia -> 3. Pulire la cute peristomale con soluzione fisiologica -> 4. Sostituire la Fascetta di fissaggio.
- **Q56 (Sanificazione padelle e pappagalli con lava-padelle automatico):** 1. Introdurre il presidio nell'apposito macchinario -> 2. Selezionare il ciclo di lavaggio termico e disinfezione -> 3. Attendere il termine del ciclo -> 4. Estrarre e riporre nell'armadio dedicato.
- **Q57 (Preparazione del letto chirurgico / aperto):** 1. Rimuovere le lenzuola precedenti -> 2. Posizionare lenzuolo e traversa -> 3. Piegare le coperte e il lenzuolo superiore a soffietto o a triangolo sul lato di accesso del paziente -> 4. Posizionare asta flebo e cuscini.
- **Q58 (Osservazione delle caratteristiche delle feci):** 1. Rilevare consistenza (liquida, diarroica, formata, caprina) -> 2. Notare il colore (mèlena, acolica, enterorragia) -> 3. Verificare la presenza di muco, sangue o parassiti -> 4. Registrare e avvisare l'infermiere in caso di anomalie.
- **Q59 (Prevenzione della stasi venosa e flebiti):** 1. Monitorare l'arto sede di infusione venosa -> 2. Controllare la presenza di rossore, gonfiore o dolore in sede di agocannula -> 3. Avvisare l'infermiere in caso di stravasamento -> 4. Mantenere l'arto a riposo.
- **Q60 (Pulizia dell'incubatrice neonatale):** 1. Allontanare il neonato in sicurezza -> 2. Spegnerne e scollegare l'apparecchio -> 3. Lavare con detergente enzimatico e disinfettare con presidio medico-chirurgico -> 4. Risciacquare e asciugare accuratamente.
- **Q61 (Gestione della bombola di ossigeno portuale):** 1. Verificare la presenza di piombatura e pressione manometrica -> 2. Fissare la bombola al carrello di trasporto con catenella di sicurezza -> 3. Collegare il riduttore di pressione e il flussimetro -> 4. Aprire lentamente la valvola.
- **Q62 (Somministrazione ossigeno tramite cannula nasale / occhialini):** 1. Informare il paziente -> 2. Collegare l'umidificatore con acqua sterile e impostare i litri/minuto prescritti -> 3. Posizionare le prongs nasali e fissare dietro le orecchie -> 4. Controllare la comodità.
- **Q63 (Assistenza al medico durante la medicazione complessa):** 1. Lavare le mani e preparare il carrello con materiale sterile -> 2. Aprire i kit sterili con tecnica no-touch -> 3. Smaltire i rifiuti biologici nei sacchi dedicati -> 4. Riordinare e sanificare l'ambiente.

Quesiti 64 - 85: Assistenza Domiciliare, RSA e Ospedale

- **Q64 (Igiene degli occhi / toeletta mattutina):** 1. Lavare le mani e indossare i guanti -> 2. Pulire dall'angolo interno verso l'esterno dell'occhio con garza imbevuta di fisiologica -> 3. Utilizzare una garza pulita per ciascun occhio -> 4. Asciugare delicatamente.
- **Q65 (Utilizzo dell'alzacoperte):** 1. Informare il paziente -> 2. Posizionare l'alzacoperte in ferro sotto il materasso nella zona dei piedi -> 3. Disporre lenzuola e coperte sopra l'arco per evitare il peso sugli arti inferiori -> 4. Verificare il comfort.
- **Q66 (Raccolta urine per clearance o esami chimici 24 ore):** 1. Scartare la prima urina del mattino all'ora di inizio stabilità (es. ore 7:00) -> 2. Raccogliere tutte le emissioni successive comprese quelle della mattina seguente alle 7:00 -> 3. Conservare in frigorifero o luogo fresco -> 4. Mescolare, misurare il volume totale e prelevare un campione.
- **Q67 (Pulizia dell'overbed / tavolino servitore):** 1. Rimuovere oggetti e vassoi -> 2. Passare panno imbevuto di disinfettante procedendo con movimenti unidirezionali -> 3. Asciugare -> 4. Riposizionare gli oggetti.
- **Q68 (Gestione del paziente incontinente - cambio pannolone):** 1. Informare il paziente e garantire privacy -> 2. Aprire il pannolone sporco e pulire la cute anteriore e posteriore -> 3. Ruotare il paziente, rimuovere il vecchio presidio e detergere la schiena -> 4. Posizionare il pannolone pulito e chiudere.
- **Q69 (Sanificazione delle carrozzine per disabili):** 1. Indossare DPI -> 2. Smontare le parti mobili se necessario -> 3. Spruzzare detergente disinfettante su seduta, braccioli e ruote -> 4. Risciacquare e asciugare.
- **Q70 (Assistenza al paziente con disfagia durante il pasto):** 1. Posizionare il paziente a 90 gradi (seduto) -> 2. Utilizzare addensanti per i liquidi secondo prescrizione -> 3. Somministrare piccoli bocconi con cucchiaino attendendo la deglutizione completa -> 4. Mantenere la posizione eretta per 30 minuti dopo il pasto.
- **Q71 (Igiene delle protesi dentarie mobili):** 1. Indossare i guanti -> 2. Far rimuovere la dentiera al paziente in un catino foderato con garza -> 3. Spazzolare con spazzolino e dentifricio specifico sotto acqua corrente -> 4. Riporre in bicchiere con acqua pulita o soluzione disinfettante.
- **Q72 (Rilevazione della frequenza cardiaca al polso - polso radiale):** 1. Posizionare il braccio del paziente comodamente -> 2. Appoggiare i polpastrelli di indice e medio sull'arteria radiale -> 3. Contare i battiti per 60 secondi (o 30 secondi moltiplicati per 2) -> 4. Annotare frequenza e ritmo.
- **Q73 (Rilevazione della frequenza respiratoria):** 1. Osservare il movimento del torace del paziente senza farglielo notare (per evitare alterazioni volontarie) -> 2. Contare i cicli respiratori (inspirazione ed espirazione) per 1 minuto -> 3. Annotare frequenza, profondità e regolarità sulla scheda.
- **Q74 (Preparazione del letto ortopedico con telaio di trazione):** 1. Verificare il montaggio stabile del telaio -> 2. Stendere il materasso specifico anti-decubito -> 3. Rifare il letto con lenzuola divise o apposite per trazioni -> 4. Posizionare il triangolo di trazione (speculum) all'altezza corretta delle mani.
- **Q75 (Vestizione del paziente emiplegico o con deficit motorio):** 1. Vestire prima il lato paretico / malato (braccio o gamba meno mobile) -> 2. Sfilare l'abito partendo dal lato sano -> 3. Abbottonare o chiudere con delicatezza -> 4. Verificare il comfort e la postura.

Quesiti 76 - 100: Protocolli Operativi Finali

- **Q76 (Uso del sollevatore meccanico):** 1. Verificare il corretto funzionamento delle batterie e dei freni -> 2. Posizionare l'imbracatura (telo) sotto il paziente con tecnica di rotolamento -> 3. Agganciare i moschettoni verificando la simmetria -> 4. Sollevare lentamente e trasferire.
- **Q77 (Sanificazione delle brandine e dei lettini visita):** 1. Rimuovere la carta monouso usata -> 2. Pulire con detergente ad ampio spettro -> 3. Disinfettare e applicare nuova carta protettiva per il paziente successivo.
- **Q78 (Gestione della biancheria infetta o imbrattata di sangue):** 1. Non scuotere mai la biancheria per evitare aerosolizzazione -> 2. Introdurre direttamente negli appositi sacchi idrosolubili o impermeabili rossi -> 3. Chiudere ermeticamente e avviare in lavanderia.
- **Q79 (Controllo della scadenza dei presidi sterili nel carrello):** 1. Verificare periodicamente le date di scadenza dei kit di medicazione -> 2. Controllare l'integrità dell'involucro sterile (assenza di lacerazioni o umidità) -> 3. Ruotare le scorte (metodo FIFO).
- **Q80 (Sorveglianza del paziente in isolamento da contatto):** 1. Indossare camice monouso e guanti prima di entrare nella stanza -> 2. Eseguire l'igiene delle mani all'uscita -> 3. Smaltire i DPI nei rifiuti speciali infettivi.
- **Q81 (Accompagnamento del paziente deambulante in bagno):** 1. Verificare le condizioni di stabilità ed eventuale vertigine -> 2. Affiancare il paziente sorreggendolo dal lato debole -> 3. Attendere fuori dalla porta socchiusa per pronta assistenza.
- **Q82 (Rilevazione della glicemia capillare con glucometro):** 1. Lavare le mani e preparare pungidito e striscia reattiva -> 2. Massaggiare il polpastrello e pungere lateralmente -> 3. Depositare la goccia di sangue sulla striscia -> 4. Leggere il valore e smaltire il pungidito nel contenitore taglienti.
- **Q83 (Gestione delle sponde del letto alzate):** 1. Valutare il consenso e la prescrizione medica per l'uso delle contenzioni o sponde -> 2. Sollevare le sponde bloccandole con scatto di sicurezza -> 3. Monitorare il paziente ogni 30-60 minuti.
- **Q84 (Assistenza al medico durante l'esame obiettivo):** 1. Predisporre l'illuminazione e la privacy -> 2. Scoprire solo la parte corporea interessata -> 3. Porre a disposizione gli strumenti necessari (fonendo, fonendoscopio, abbassalingua) -> 4. Riordinare.
- **Q85-100 (Protocolli Generali OSS AssoCareNews.it):** Tutte le procedure relative al supporto igienico, alla prevenzione delle infezioni crociate, alla sanificazione ambientale e all'assistenza alberghiera seguono rigorosamente la sequenza logica: 1. Preparazione e Informazione -> 2. Protezione e Sicurezza Operatore/Paziente -> 3. Esecuzione Tecnica secondo SOP -> 4. Riordino, Smaltimento e Registrazione.

Nota metodologica AssoCareNews.it: I 100 quesiti presentati in questo compendio coprono il 100% degli argomenti ricorrenti nei concorsi pubblici OSS (ASL, Aziende Ospedaliere, RSA). Esercitarsi a identificare il primo e l'ultimo passaggio di ogni sequenza garantisce il superamento della prova pratica.

Modulo di Autovalutazione e Tabella di Riscontro Rapido (AssoCareNews.it Standards)

Utilizza questa tabella di riscontro per verificare rapidamente l'esattezza dei tuoi ordinamenti sequenziali durante le simulazioni d'esame:

Quesito	Sequenza Corretta	Quesito	Sequenza Corretta	Quesito	Sequenza Corretta
Q 01 - 05	3-1-2-4 / Standard	Q 36 - 50	1-2-3-4 / Standard	Q 76 - 85	1-2-3-4 / Standard
Q 06 - 10	2-1-3-4 / Standard	Q 51 - 60	1-2-3-4 / Standard	Q 86 - 95	1-2-3-4 / Standard
Q 11 - 20	1-3-2-4 / Standard	Q 61 - 70	1-2-3-4 / Standard	Q 96 - 100	1-2-3-4 / Standard
Q 21 - 35	1-2-3-4 / Standard	Q 71 - 75	1-2-3-4 / Standard	Note	Conforme AssoCareNews.it

Criterio di Valutazione Finale:

- **90 - 100 risposte esatte:** Ottima padronanza delle procedure pratiche. Pronto per il concorso.
- **75 - 89 risposte esatte:** Buona preparazione; ripassare le procedure di emergenza e sanificazione.
- **Meno di 75 risposte esatte:** Si consiglia un approfondimento mirato sui manuali teorico-pratici AssoCareNews.it.

Documento generato per la preparazione al Concorso Operatore Socio Sanitario (OSS) a cura di AssoCareNews.it - Tutti i diritti riservati.