

Esame di Stato e Concorsi per **INFERMIERE** TEORIA

Linda Anne Silvestri, PhD, RN

*Instructor of Nursing, Salve Regina University
Newport, Rhode Island*

Part-Time Instructor, University of Nevada, Las Vegas, Las Vegas, Nevada

*President, Nursing Reviews, Inc. and Professional Nursing Seminars, Inc.
Henderson, Nevada*

Elsevier Consultant, HESI NCLEX-RN® and NCLEX-PN® Live Review Courses

Angela E. Silvestri, PhD, APRN, FNP-BC, CNE

Assistant Professor & BSN Program Director, University of Nevada, Las Vegas, Las Vegas, Nevada

Registered Nurse, Henderson Hospital Medical Center, Henderson, Nevada

Consultant, Nursing Reviews, Inc., Henderson, Nevada

Associate Editor

Katherine M. Silvestri, BSN, RN

Consultant, Nursing Reviews, Inc., Henderson, Nevada

Edizione italiana con adattamenti sulla VIII in lingua inglese a cura di Pierluigi Badon

Con la collaborazione di

Stefania Avoni

Paola Bernardi

Ornella Bonso

Alberto Camuccio

Luciano Liziero

Sonia Marcante

Elisabetta Spigolon

Alessandra Turrin

PICCIN

SAUNDERS COMPREHENSIVE REVIEW FOR THE NCLEX-RN® EXAMINATION
EIGHTH EDITION

ISBN 978-0-323-35841-5

Copyright © 2020 by Elsevier, Inc. All rights reserved.

This edition of *Saunders Comprehensive Review for the NCLEX-RN® Examination, 8e 9780323358415* by **Linda Anne Silvestri and Angela E. Silvestri** is published by arrangement with Elsevier Inc.

Questa edizione di *Saunders Comprehensive Review for the NCLEX-RN® Examination, 8e 9780323358415* di **Linda Anne Silvestri e Angela E. Silvestri** è pubblicata su licenza di Elsevier Inc.

NCLEX®, NCLEX-RN®, and NCLEX-PN® are registered trademarks of the National Council of State Boards of Nursing, Inc.

La **traduzione** del volume è stata effettuata a cura di **PICCIN NUOVA LIBRARIA S.p.A.** e sotto la sua responsabilità. I professionisti del settore sanitario, i ricercatori e lettori in genere del testo devono sempre basarsi sulla loro esperienza e le loro conoscenze quando prendono in considerazione e usano qualsiasi informazione, metodo, composto o esperimento qui descritto. Poiché le scienze mediche sono in continua evoluzione, si raccomanda, in particolare, la verifica autonoma delle diagnosi e del dosaggio dei medicinali. Elsevier, gli Autori, curatori o collaboratori non si assumono alcuna responsabilità per quanto riguarda la **traduzione** o per qualsiasi lesione e/o danno dovesse venire arrecato a persone o beni per negligenza o altro, oppure uso od operazioni di qualsiasi metodo, prodotto, istruzione o idea contenuti in questo libro.

Opera coperta dal diritto d'autore - Tutti i diritti sono riservati

Questo testo contiene materiale, testi ed immagini, coperto da copyright e non può essere copiato, riprodotto, distribuito, trasferito, noleggiato, licenziato o trasmesso in pubblico, venduto, prestato a terzi, in tutto o in parte, o utilizzato in alcun altro modo o altrimenti diffuso, se non previa espressa autorizzazione dell'editore. Qualsiasi distribuzione o fruizione non autorizzata del presente testo, così come l'alterazione delle informazioni elettroniche, costituisce una violazione dei diritti dell'editore e dell'autore e sarà sanzionata civilmente e penalmente secondo quanto previsto dalla L. 633/1941 e ss.mm.

AVVERTENZA

Indicazioni accurate, effetti indesiderati e dosaggi per i farmaci sono indicati nel libro, ma è possibile che cambino. Il lettore deve esaminare le informazioni contenute nel foglietto illustrativo dei produttori dei medicinali menzionati. Gli autori, curatori, editori o distributori non sono responsabili per errori od omissioni o per qualsiasi conseguenza derivante dall'applicazione delle informazioni di quest'opera, e non danno alcuna garanzia, esplicita o implicita, rispetto al contenuto della pubblicazione. Gli autori, curatori, editori e distributori non si assumono alcuna responsabilità per qualsiasi lesione o danno a persone o cose derivante da questa pubblicazione.

ISBN 978-88-299-3231-3

Copyright © 2024, by Piccin Nuova Libreria S.p.A., Padova

www.piccin.it

In memoria dei miei genitori —

*A mia madre, **Frances Mary**, e mio padre, **Arnold Lawrence**, che mi hanno insegnato che bisogna sempre amare, prendersi cura degli altri e cercare di dare il meglio. Il ricordo del loro amore, del loro sostegno e delle loro parole di incoraggiamento resterà per sempre nel mio cuore!*

Linda Anna Silvestri

*Ai miei genitori, **Mary Elizabeth e Lawrence Peter**, che mi hanno insegnato l'importanza di lavorare sodo ed essere altruista, e che sono stati sempre al mio fianco mentre cercavo di realizzare i miei obiettivi professionali e le mie aspirazioni di vita. Tutto quello che ho ottenuto finora non sarebbe stato possibile senza di loro.*

Dal profondo del cuore, grazie Mamma, grazie Papà!

Angela E. Silvestri

A tutti i futuri infermieri,

Congratulazioni!

Dovreste essere molto orgogliosi e soddisfatti di voi stessi per il vostro ultimo meritato successo: aver completato il corso di studi per diventare infermieri abilitati. Sappiamo che avete lavorato molto duramente per ottenere questo risultato e che avete dimostrato a voi stessi che siete davvero in grado di raggiungere i vostri obiettivi.

Siamo convinte che state per intraprendere la professione più bella e gratificante che esista. La disponibilità, il desiderio e la capacità di assistere tutti coloro che hanno bisogno di assistenza infermieristica vi daranno grandi soddisfazioni nella vita. Nella professione infermieristica non si smette mai di imparare e questo la rende stimolante e dinamica. Il vostro processo di apprendimento continuerà ad espandersi e crescere di pari passo con la vostra professione. Il prossimo importante sforzo consisterà nell'apprendere quanto necessario per superare con successo l'esame per diventare infermieri professionali.

Siamo entusiasti e lieti di potervi fornire i prodotti Saunders *Pyramid to Success*, di cui fa parte quest'Opera, che vi aiuteranno a prepararvi per il vostro prossimo importante obiettivo professionale: diventare infermieri abilitati. Desideriamo ringraziare tutti i nostri studenti (passati e attuali) che abbiamo assistito nei loro studi per l'esame NCLEX-RN® per la loro disponibilità a suggerire idee riguardanti le loro esigenze nella preparazione per la licenza. Le loro idee hanno sicuramente conferito originalità a tutti i prodotti Saunders *Pyramid to Success*.

I prodotti Saunders *Pyramid to Success* forniscono tutto ciò di cui avete bisogno per prepararvi all'esame NCLEX-RN. Questi prodotti includono il materiale richiesto per l'esame NCLEX-RN a tutti gli studenti di infermieristica, indipendentemente dal loro background, dalle loro conoscenze specifiche, dalle aree in cui sono carenti o dall'esperienza clinica maturata durante il programma infermieristico.

Quindi, forza, cominciamo subito il nostro viaggio attraverso *Pyramid to Success* e benvenuti nella meravigliosa professione infermieristica!

Dr.ssa Linda Anne Silvestri e Dr.ssa Angela E. Silvestri



Prefazione all'edizione italiana

Questo libro nasce negli Stati Uniti per aiutare il candidato infermiere nella preparazione dell'esame NCLEX-RN® (National Council Licensure Examination for Registered Nurses) per l'acquisizione della certificazione come registered nurse (RN). Gli infermieri diplomati delle scuole infermieristiche devono superare questo esame per iniziare a lavorare come "RN" in qualsiasi Stato o territorio degli Stati Uniti. L'esame viene offerto tutto l'anno presso i centri di prova in tutto il Paese e può essere ripetuto più volte. Il NCLEX-RN® è l'ultimo ostacolo che gli infermieri devono superare prima di poter iniziare una carriera come registered nurse. Dopo il superamento di questo esame, l'infermiere ha molta autonomia e spesso è in grado di svolgere anche il lavoro dei medici quando essi non sono disponibili. Questo esame statale è molto rigoroso allo scopo di tutelare il cittadino che si rivolge alle strutture sanitarie.

La scelta di pubblicare un'edizione italiana di questo libro da parte della Casa Editrice Piccin Nuova Libreria è nata con l'obiettivo di offrire agli studenti di infermieristica e ai neolaureati italiani un compendio sintetico ed esaustivo per lo studio in preparazione all'Esame di Stato e di Concorso.

Lavorando a questo libro per renderlo rispondente alle esigenze di studio degli infermieri italiani mi è tornata alla mente una domanda che sovente i miei studenti dell'ultimo anno mi pongono prima di sostenere l'Esame di Stato: "Ma Prof., per l'Esame di Stato cosa devo studiare?" E io: "Praticamente tutto!" "Ma, attenzione" – aggiungo – "studiate in maniera ragionata!".

Questa risposta e raccomandazione trova compimento in questo libro, che rappresenta un compendio delle principali conoscenze scientifiche della professione infermieristica. È stato operato un attento lavoro di adattamento alle reali esigenze di studio degli infermieri italiani e, dove necessario, gli argomenti riferiti al solo contesto americano sono stati sostituiti con altri rispondenti alla realtà disciplinare del nostro Paese.

Si ritiene oggi più che mai necessario che l'infermiere sviluppi e possieda abilità di pensiero

critico caratterizzato dalla capacità di valutare, fare inferenze, usare il ragionamento deduttivo e induttivo che costituiscono, per il professionista, il substrato intellettuale per definire problemi legati all'assistenza e prendere buone decisioni. In campo infermieristico, il pensiero critico è fondamentale sia per la qualità dell'assistenza sia per la crescita del professionista sia per la qualità del Servizio Sanitario.

I contenuti di *Esame di Stato e Concorsi per Infermiere – Teoria e Test con guida ragionata alle soluzioni*, le esercitazioni con domande e le risposte di autovalutazione dell'apprendimento aiutano gli studenti e gli infermieri a discernere, attraverso valutazioni circostanziate, ciò che è importante per un paziente preso in carico, soprattutto a fronte di situazioni cliniche inusuali, a esplorare soluzioni alternative, ad assumere decisioni contestualizzate e personalizzate che consentano di ottenere, per quanto possibile, esiti soddisfacenti.

Il pensiero critico è principalmente frutto di un lungo percorso di apprendimento che si irrobustisce con lo studio ragionato e l'esperienza. La formazione dell'infermiere, intesa come acquisizione di specifica conoscenza e applicazione nella pratica di quanto appreso, è mediata da metodi e strategie basati sul pensiero critico per guidare e aiutare nella risoluzione di problemi attuando interventi appropriati, efficaci ed efficienti. La principale sfida che ogni corso di laurea e docente deve affrontare oggi è sostenere e accompagnare, attraverso metodi diversificati e nei contesti sia di apprendimento che di cura, la formazione di professionisti capaci di evidenziare, sia al termine del loro percorso formativo (Esame di Stato) sia all'inizio della loro carriera professionale (Concorso), la padronanza di conoscenze e competenze, sottolineate e validate da un pensiero critico approfondito. Questo, fondamentalmente, è il pregio di *Esame di Stato e Concorsi per Infermiere – Teoria e Test con guida ragionata alle soluzioni*, che nell'edizione italiana si presenta suddiviso in due volumi: esso affronta in maniera completa tutte le aree cliniche di interesse infermieristico e sollecita l'au-

tovalutazione dell'apprendimento del discente attraverso la formulazione di domande e una guida ragionata alla soluzione dei quesiti.

La vastità delle domande accompagnate dalla guida ragionata alle risposte favorisce il ripasso dei contenuti e guida allo sviluppo del ragionamento clinico formale e informale durante la preparazione dell'Esame di Stato e di Concorso, ma può essere efficacemente utilizzata dagli studenti di infermieristica anche durante la preparazione dei singoli esami per un ripasso ordinato dei concetti più importanti o la costruzione di mappe concettuali. L'organizzazione didattica degli argomenti trasforma ciascun capitolo in un compendio dedicato a ogni ambito di interesse della disciplina infermieristica.

Per i docenti *Esame di Stato e Concorsi per Infermiere - Teoria e Test con guida ragionata alle soluzioni* può essere una ulteriore risorsa per la preparazione delle lezioni o delle prove di verifica, dato che offre una sintesi ordinata di tutti gli aspetti che riguardano l'ambito clinico e non.

Caratteristiche particolari dell'Opera

Piramide per il successo

La Piramide per il successo è uno spazio introduttivo presente all'inizio di ogni unità e offre una panoramica generale sui contenuti dei capitoli: queste pagine di apertura sono una guida e un orientamento sul focus della trattazione per ogni area tematica. Allo stesso tempo mettono in evidenza i contenuti importanti previsti dal piano di studio per superare i test degli esami.

L'impianto del testo è progettato usando il modello della Piramide per il successo di Coach Wooden, che ha utilizzato la Piramide per allenare e sviluppare le squadre di basket maschile UCLA che hanno vinto 10 campionati NCAA in 12 anni (1964-1975). La Piramide per il successo è una tabella di marcia per comportamenti di successo ed è oggi utilizzata da scuole, team, famiglie e manager. Essa è formata da numerosi scalini - Punti Piramide - ognuno dei quali consente di raggiungere quello successivo. Un percorso quindi, una "scalata" difficile che richiede allenamento, costanza e dedizione.

La Piramide per il successo analizza i bisogni del paziente e fornisce gli obiettivi di apprendimento relativi agli argomenti trattati dai capitoli di ogni specifica unità. Gli obiettivi di apprendimento identificano i contenuti specifici da considerare in ogni capitolo.

Termini della Piramide

I termini della Piramide sono contenuti importanti di ogni capitolo e della relativa unità; per questo motivo alcuni termini sono evidenziati in verde grassetto.

Concetti fondamentali

Ogni capitolo identifica i Concetti fondamentali che riflettono il suo contenuto e che aiutano ad individuare i contenuti importanti e i relativi interventi assistenziali.

Punti Piramide

I Punti Piramide sono marcati a lato del testo dal simbolo della piramide () per indicare specifiche trattazioni e per evidenziare i contenuti importanti per la preparazione all'Esame di Stato o di Concorso.

Alert della Piramide

Gli Alert della Piramide "Tieni a mente!" sono testi scritti in rosso e sono presenti in tutti i capitoli; hanno la funzione di evidenziare o sintetizzare concetti importanti discussi nel capitolo.

Organizzazione del testo

L'edizione americana è stata adattata, dove necessario, e suddivisa in due volumi allo scopo di rendere più agevole la consultazione e le esercitazioni.

Esame di Stato e Concorsi per Infermiere - Teoria

Questo volume è composto da 18 unità e 65 capitoli che affrontano in maniera riassuntiva i vari ambiti di interesse per l'assistenza infermieristica. In apertura si trova una guida alla programmazione e pianificazione dello studio in preparazione dell'Esame di Stato o di Concorso. L'impianto iconografico e argomentativo è stato fedelmente mantenuto e curato rispettando le caratteristiche espositive dell'opera americana. I contenuti, dove non rispondenti alla realtà italiana, sono stati sostituiti o adattati per contestualizzare il testo ai programmi di studio e ai possibili contenuti da affrontare nelle prove d'esame. Quando ritenuto utile, alcuni concetti sono stati corredati con note a piè di pagina per facilitare la comprensione o arricchire la spiegazione. Questo volume può essere suddiviso in cinque aree di interesse tematico:

1. L'Unità 1 "Standard professionali nell'assistenza infermieristica" affronta gli aspetti normativi della professione: rapporto di lavoro del personale sanitario, responsabilità giuridiche ed etiche, misure per la sicurezza del paziente, norme in materia di privacy e di sicurezza sul lavoro.
2. L'Unità 2 "Principi fondamentali di assistenza infermieristica" raccoglie 9 capitoli dedicati alla trattazione di aspetti trasversali di assistenza ai pazienti: liquidi ed elettroliti, equilibrio acido base, parametri vitali e intervalli di riferimento degli esami di laboratorio, principi sulla nutrizione e indicazioni dietetiche, accertamento delle condizioni cliniche e dello stato di salute, sicurezza e ambiente, calcolo

del dosaggio dei farmaci, assistenza perioperatoria e posizionamento dei pazienti.

3. L'Unità 3 "Crescita e sviluppo durante le fasi della vita" tratta in tre capitoli le teorie della crescita e dello sviluppo, l'assistenza durante la crescita, le fasi della vita e l'assistenza alla persona anziana.
4. Le Unità dalla 4 alla 17 dedicano spazio alla trattazione delle diverse specialità mediche e chirurgiche e sono suddivise per aree o sistemi corporei. Ogni capitolo apre la trattazione con un breve ma esaustivo richiamo all'anatomia e alla fisiologia per poi proseguire con la trattazione dei principali disturbi a carico dello specifico sistema corporeo. Per ciascuna patologia sono trattati gli aspetti diagnostici e terapeutici, compreso il trattamento farmacologico e chirurgico, per poi presentare l'assistenza infermieristica collaborativa e autonoma, compresa l'educazione al paziente e alla famiglia. L'impostazione schematica e l'utilizzo delle tabelle consentono al lettore di stabilire connessioni tra le discipline e facilitano il ripasso e la memorizzazione delle nozioni.
5. L'Unità 18 "Complessità dell'assistenza" affronta le aree ad alta complessità assistenziale tipiche delle situazioni di criticità e che richiedono la gestione collaborativa di procedure complesse e l'attento monitoraggio del paziente.

Esame di Stato e Concorsi per Infermiere - Test con guida ragionata alle soluzioni

Questo volume è interamente dedicato alle esercitazioni ed è organizzato in 19 unità e 65 capitoli corrispondenti ai rispettivi capitoli contenuti

in *Esame di Stato e Concorsi per Infermiere - Teoria*. L'Unità 19 offre un test finale su tutti gli argomenti trattati.

Ogni domanda dei test di esercitazione è formulata a partire da una situazione clinica e l'infermiere è chiamato a trovare una soluzione, dimostrando di conoscere e ragionare sul problema clinico, socio-sanitario o educativo che viene presentato. Il volume dedica una prima parte alla spiegazione di come sono costruite le domande e le strategie per definire la risposta corretta.

Entrambi i volumi sono stati curati con l'obiettivo di offrire al candidato un valido sussidio per la preparazione al superamento dell'Esame di Stato e di Concorso. I contenuti presentati e le relative domande costituiscono un solido insieme di competenze essenziali per ogni infermiere che intende inserirsi nel contesto lavorativo, assicurando alle strutture sanitarie e ai pazienti pratiche infermieristiche affidabili. Una competenza professionale fondata su conoscenze approfondite e pensiero critico consente di praticare la professione infermieristica in modo dinamico ed efficace.

Spero sinceramente che questa Opera sia accolta con favore dal pubblico e contribuisca ad arricchire l'offerta editoriale dei testi di preparazione agli esami per infermieri. Con fiducia, affidiamo il nostro lavoro al giudizio dei lettori, nella speranza che possano riconoscere in esso una risorsa preziosa e attesa, in grado di soddisfare le necessità di studio e le aspettative professionali in un contesto sanitario sempre più complesso e dinamico.

Pierluigi Badon



Preparare l'Esame di Stato e di Concorso¹

Preparare un Esame di Stato o di Concorso può provocare grande ansietà. Il candidato può pensare che sia l'esame più importante che ha mai intrapreso e che rappresenta il culmine di tutto ciò per cui ha duramente lavorato. Questi esami sono importanti perché rappresentano il punto finale di un percorso di studi e l'inizio della carriera lavorativa come infermiere. Il successo di tali esami dipende dalla capacità di liberarsi di tutti i pensieri che permettono a queste prove di intimidire. Una forte attitudine positiva, un piano di studio strutturato e il mantenimento del controllo assicurano di raggiungere l'obiettivo: esito positivo alle prove.

Predisporre il percorso di preparazione

Iniziare il percorso verso il successo dell'esame con una forte attitudine positiva: sentire che le prove saranno superate con successo e con una buona dose di autocontrollo. Questa fase iniziale può includere la stesura di un elenco di obiettivi personali a breve e lungo termine e un piano di studio. Senza queste componenti il percorso verso il successo potrebbe non essere efficace, perché c'è il rischio di spendere energie e tempo prezioso e perdere il controllo sul raggiungimento degli obiettivi dello studio.

Da dove partire? All'inizio, trovare un posto che permetta di stare tranquilli, da soli, seduti o distesi in una posizione confortevole, chiudere gli occhi, rilassarsi, inspirare profondamente, trattenere il respiro contando fino a 4, espirare lentamente e di nuovo, rilassarsi. Ripetere questo esercizio respiratorio più volte fino a quando non si è rilassati, liberi dall'ansia e in grado di avere il controllo della situazione. Permettere alla mente di svuotarsi di tutte le chiacchiere e voci. Pensare poi a tutto quello che è stato raggiunto e al percorso per arrivare al punto in cui ci si trova. Tenere un diario delle riflessioni da compilare man mano che vengono attuate le azioni pianificate.

¹ Adattamento dal Capitolo 2 dell'edizione originale.

Fare l'elenco degli obiettivi

È il momento di creare l'elenco degli obiettivi a breve e lungo termine. Cominciare sviluppando gli obiettivi da raggiungere oggi, domani e nel mese successivo e nel futuro. Segnare tutto quello che gira per la mente e scrivere gli obiettivi sul diario personale. Quando l'elenco sarà completo, metterlo via per 2-3 giorni; rileggere e revisionare l'elenco per iniziare a pianificare la preparazione dell'esame.

Pianificare la preparazione

Dopo che l'elenco degli obiettivi è stato messo in ordine, selezionare gli obiettivi il cui raggiungimento è dato dallo studio. La prima cosa da fare è decidere che tipo di metodo di studio funziona meglio, pensando a quale è stato più efficace nel passato. I punti da considerare per pianificare lo studio sono elencati nel Box 1.

Il piano di studio ha bisogno di un programma. Utilizza un calendario per programmare e registrare l'impegno giornaliero e i contenuti infermieristici per i tuoi momenti di studio. Datti una programmazione degli obiettivi realistica giornaliera, settimanale e futura e fissa il piano di studio sulla superficie della scrivania o del tavolo di lavoro. Questo rigore porterà vantaggi sia a chi studia sia alle persone che stanno intorno. Dovrà essere sviluppato un ritmo di lavoro che permetta di migliorare la resistenza e dia alle persone significative la possibilità di condividere questo ritmo e programmare le loro attività per favorire i momenti di studio.

La durata delle sessioni di studio dipende dalla singola capacità di concentrazione; fai in modo che la quantità di tempo dedicata allo studio sia efficace. Prediligi la qualità alla quantità. Pianifica almeno due ore di studio efficaci al giorno. Se te la senti di fare più di due ore, fallo pure. Potresti chiedere: "Cosa significa tempo per lo studio di qualità?". Tempo per uno studio di qualità vuol dire studiare senza interruzioni per tutto il tempo

programmato. Significa che è necessario isolarsi quando si studia.

Dove studiare

Se in casa si dispone di una stanza dedicata allo studio, usare quella stanza. Se invece si è sempre studiato in una biblioteca, pianificare di studiare in biblioteca.

A volte è difficile mettere d'accordo lo studio con gli impegni personali e per qualcuno anche il lavoro; per questo motivo, se possibile, programmare lo studio quando si sa di essere a casa soli. Cercare di eliminare qualsiasi cosa che possa distrarre durante lo studio. Silenziare il cellulare in modo da non essere disturbati. Se in casa ci sono dei bambini piccoli, studiare quando dormono o quando sono a scuola.

Conciliare lo studio con gli impegni e le relazioni

La programmazione dello studio deve considerare come conciliare lo studio con altri impegni. La famiglia e gli amici sono importanti nella vita di chiunque e possono avere un ruolo importante per la riuscita dell'esame. Dopo che i bisogni di studio sono stati definiti, comunicare la programmazione alla famiglia e agli amici.

Una parte difficile della programmazione dello studio può essere la gestione delle relazioni con i membri della famiglia o gli amici nel caso in cui non si lascino coinvolgere nel piano di studio. Ad esempio, cosa succede se un amico chiede di andare al cinema quando è stato programmato di studiare? L'amico potrebbe dire: "Prenditi una pausa, hai tanto tempo per studiare. Studi quando torniamo a casa". In situazioni come questa è necessario prendere una decisione e soppesare tutti i fattori con attenzione perché gli obiettivi devono essere chiari e ricordare che il bisogno di studiare, in un particolare momento programmato, è importante. La decisione può non essere facile ed essa dipenderà da quanto si è sicuri di essere preparati per affrontare con esito positivo l'esame.

Mantenere il proprio benessere

Mantenere il proprio benessere vuol dire continuare a prendersi cura di se stessi in maniera olistica. Il benessere può essere mantenuto solo se si è in una condizione di equilibrio tra il carico dello studio e i comportamenti volti a favorire le energie richieste dallo studio. Una dieta appropriata, una giusta dose di attività fisica e una stimolazione mentale positiva sono cruciali per ottenere risultati positivi all'esame di stato o di concorso. Così come è importante avere un programma di studio, allo stesso modo è importante avere un programma che

BOX 1 Strategie per pianificare un apprendimento efficace

Creatività

Mantenere una forte attitudine positiva
Pensare ad obiettivi a breve e lungo termine realistici
Sviluppare un piano di studio
Mantenere il controllo

Scrivere un elenco di obiettivi

Scrivere gli obiettivi realistici a breve e lungo termine in un diario

Pianificare lo studio

Sviluppare un piano di studio e programmarlo
Decidere il posto dove studiare
Bilanciare gli impegni di famiglia, sociali e lavorativi con la programmazione del piano di studio
Condividere con le persone con cui conviviamo la programmazione del piano di studio e i bisogni personali
Implementare il piano di studio

Sviluppare un piano di studio

Lavoro meglio da solo o in gruppo?
Se lavoro meglio in gruppo, quanti compagni dovrei avere?
Chi sono questi compagni?
Quanto deve durare una sessione di studio?
Fa differenza il momento della giornata in cui studiare?

Come conciliare gli impegni familiari con il bisogno di studiare?

Ho una stanza tranquilla per studiare a casa o è meglio se scelgo un altro ambiente per facilitare lo studio?

Mantenere il proprio benessere

Prevedere del tempo per l'esercizio fisico e il divertimento
Adottare uno stile alimentare sano
Includere delle attività ricreative nella programmazione che forniscano una stimolazione mentale positiva

Preparazione finale

Revisionare e identificare gli obiettivi raggiunti
Mantenere la concentrazione fino al completamento del piano di studio
Scrivere la data e l'orario dell'esame su un foglio. Poi di seguito il proprio nome con "Infermiere" e vicino la parola "Sì!"
Il giorno prima dell'esame fare cose rilassanti

Il giorno dell'esame

Prendersi cura di se stessi in vista del successo
Fare una buona colazione
Mantenere un'attitudine fiduciosa e positiva
Mantenere il controllo del respiro e la concentrazione
Sfidare questo giorno

includa il divertimento e l'attività fisica: ginnastica aerobica, camminare, correre, fare palestra o qualsiasi tipo di attività che faccia stare bene. Il tempo speso lontano dallo studio e dedicato allo svago e all'attività fisica ripagherà moltissimo.

Adottare uno stile alimentare sano significa assicurarsi di bere molta acqua per depurare le cellule del corpo, evitare cibi grassi perché rallentano l'attenzione, consumare pasti leggeri e assumere frequentemente carboidrati complessi come farina d'avena e cereali in modo che la dieta sia energetica e fare attenzione a non bere troppi caffè durante il giorno.

Prendere il tempo necessario per curare tutte quelle attività che fanno sentire meglio; andare a cena nel ristorante preferito con qualcuno di speciale e che supporta l'obiettivo finale prefissato. Fare una camminata in un posto particolarmente tranquillo in modo da poter riflettere sul benessere percepito in questi momenti di svago.

Preparazione finale

L'elenco degli obiettivi e il piano di studio sono stati definiti ed è stato mantenuto un buon livello di benessere e un senso di autocontrollo. Quando si avvicina la data dell'esame, si può pensare: "Non mi sento pronto!". Fermo! Rifletti su tutto quello che hai appreso e che sai di conoscere bene. Pensa a tutte le persone che ti vogliono bene e che ti hanno dato sostegno durante tutto il periodo dello studio, e credi che la sfida attesa è stata adeguatamente preparata.

Fai un bel respiro e organizza i giorni che rimangono in modo da sfruttarli per lo studio e i bisogni personali. Scrivi il tuo nome a grandi lettere su un foglio e subito dopo: *Sarò un infermiere abilitato alla professione; oppure: Dopo questo esame potrò avere un incarico di lavoro ed esercitare la professione per la quale ho molto faticato!*

Fai in modo che il piano di studio finisca due giorni prima dell'esame; la mente è come un muscolo: se è in superlavoro perde la forza o la resistenza. La strategia è quella di far riposare il corpo e la mente il giorno prima dell'esame e mantenere

il controllo di se stessi per essere freschi e concentrati il giorno dell'esame. Questo aiuterà a controllare il nervosismo - che è normale - e avere lucidità di pensiero, sentirsi fiduciosi perché è stato fatto tutto il necessario per preparare e superare la prova. Il giorno prima dell'esame deve essere un giorno piacevole. Trattati bene e fai quello che ti piace di più.

È imperativo non cadere nella trappola di aspettarsi troppo da sé stessi. L'idea della perfezione non deve portare a sentimenti di sfiducia in se stessi e ad avere una visione pessimistica del risultato. È importante credere nelle proprie capacità e concentrarsi sull'obiettivo.

Assicurati di avere chiaro come raggiungere il luogo dell'esame; meglio sarebbe arrivare nel luogo dell'esame un giorno prima e fare una prova del tragitto, cronometrare il tempo di percorrenza, considerare eventuali lavori stradali o altri fattori che possono rallentare e ritardare l'appuntamento con la prova d'esame. Quando raggiungi il luogo dell'esame, entra all'interno, fai un giro negli spazi in modo che il luogo e i dintorni diventino familiari. Questa strategia può aiutare ad alleviare l'ansia. Fai tutto quello che favorisce il controllo su te stesso.

Rilassati! Fai un bel respiro, conta fino a quattro ed espira lentamente. Ti sei preparato bene per la prova. La notte prima dell'esame fai in modo di dormire bene, e svegliati con la consapevolezza di essere preparato.

Il giorno dell'esame

Svegliarsi credendo in se stessi e che tutto quello per cui si è faticato permetterà di raggiungere l'obiettivo di essere un infermiere abilitato alla professione e di poter finalmente esercitarla. Prendi tempo, fai una buona colazione, e prenditi cura di te. Ora sei pronto per superare la prova.

Sii orgoglioso e fiducioso del raggiungimento dei tuoi obiettivi! Hai lavorato molto per raggiungerli. Se credi in te stesso e nei tuoi obiettivi, nessuna persona e nessun ostacolo ti potrà impedire di raggiungere il risultato atteso.



Traduttori

Stefania Avoni

Infermiera
Coordinatore Aziendale delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
UOC Professioni Sanitarie - Area Formazione
Universitaria
Azienda ULSS 2 Marca Trevigiana
Unità 10, 11, 13

Pierluigi Badon

Infermiere
Professore a contratto al Corso di Laurea in
Infermieristica presso l'Università degli Studi di
Padova e il Master in Cure infermieristiche presso
la SUPSI - Scuola Universitaria Professionale della
Svizzera Italiana
Tutor didattico aziendale presso l'Azienda Ospedaliera
di Padova - UOC Direzione delle Professioni
Sanitarie
Unità 5

Paola Bernardi

Infermiera
Già Coordinatore Aziendale delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
Azienda ULSS 2 Marca Trevigiana
Unità 1, 12, 14

Ornella Bonso

Infermiera
Già Coordinatore Aziendale delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
Azienda ULSS 3 Serenissima
Unità 2

Elena Bortolami

Infermiera
Dirigente Professioni Sanitarie - Area Infermieristica
IRCCS Azienda Ospedaliero-Universitaria di Bologna
Unità 8, 9

Carlo Alberto Camuccio

Infermiere Case Manager
Responsabile del Laboratorio di Ricerca di
Infermieristica in Neuroabilitazione
IRCCS Ospedale San Camillo, Venezia
Professore a contratto di Infermieristica in Salute
Mentale
Università degli Studi di Padova
Unità 3, 6, 7, 15

Luciano Liziero

Infermiere
Coordinatore Aziendale delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
Azienda ULSS 6 Euganea
Unità 16, 17

Sonia Marcante

Infermiera
Coordinatore Aziendale delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
Azienda ULSS 7 Pedemontana
Unità 4

Dario Parini

Dirigente medico
UOC Chirurgia Generale di Rovigo e Trecenta
Azienda ULSS 5 Polesana
Unità 8, 9

Elisabetta Spigolon

Infermiera
Dirigente Professioni Sanitarie
UOSD Formazione Risorse Umane
Azienda ULSS 3 Serenissima
Unità 8, 9

Alessandra Turrin

Infermiera
Professore a contratto e Coordinatore Aziendale
delle Attività Formative
Corso di Laurea in Infermieristica
Università degli Studi di Padova
Unità 18

Con la consulenza di

Enrico Bulleri

Infermiere specializzato in Medicina intensiva
Dipartimento di anestesia, emergenza e terapia intensiva
Ente Ospedaliero Cantonale, Lugano, Svizzera
Unità 18

Enrico Contin

Psicologo Psicoterapeuta
Docente di Psicologia Generale e Psicologia della Personalità
ASeRGraf - Associazione Studi e Ricerca Grafologica, Padova
Unità 3

Gloria Fracasso

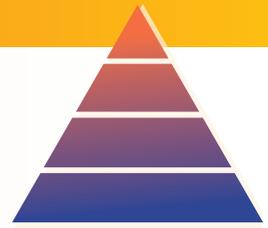
Infermiera
Unità Operativa Complessa di Ematologia e
Immunologia Clinica
Azienda Ospedale-Università di Padova
Unità 7

Salvatore Saluzzi

Psicologo clinico e Psicoterapeuta
Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura (SPDC)
Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze (DSMD)
ASST Papa Giovanni XXIII di Bergamo
Unità 17

Baber Aldo Toure'

Già infermiere di emodialisi
Unità Operativa Complessa Nefrologia, Dialisi,
Trapianto
Dipartimento Didattico-Scientifico Assistenziale-
Integrato Medicina dei Sistemi
Azienda Ospedale-Università di Padova
Unità 12



Le Autrici



**Linda Anne Silvestri,
PhD, RN**

(Foto di Laurent W. Valliere)

Da bambina, sognavo sempre di diventare un'infermiera oppure un'insegnante. Inizialmente decisi di diventare infermiera perché volevo aiutare gli altri, special-

mente gli ammalati. Poi mi resi conto che potevo realizzare entrambi i miei sogni: potevo essere sia un'infermiera che un'insegnante. E così li realizzai entrambi.

Prima ottenni il diploma alla Cooley Dickinson Hospital School of Nursing di Northampton, Massachusetts. Poi, iniziai a lavorare al Baystate Medical Center di Springfield, Massachusetts, dove mi occupavo dei pazienti gravi nei reparti medico-chirurgici, nelle terapie intensive, nel pronto soccorso, in pediatria e in altri reparti con pazienti gravi. Successivamente mi sono laureata al Holyoke Community College di Holyoke, Massachusetts; ho conseguito il BSN all'American International College di Springfield, Massachusetts e il MSN all'Anna Maria College di Paxton, Massachusetts, sia in Nursing Management che in Patient Education. Successivamente ho conseguito il PhD in Nursing alla University of Nevada, Las Vegas, e condotto delle ricerche sull'autoefficacia e gli indicatori di successo al NCLEX®. Faccio parte delle seguenti associazioni: Honor Society of Nursing, Sigma Theta Tau International, Phi Kappa Phi, American Nurses Association, National League for Nursing, Western Institute of Nursing, Eastern Nursing Research Society e Golden Key International Honour Society. Nel 2012 ho ricevuto l'Alumna of the Year/Nurse of the Year Award dalla University of Nevada, Las Vegas, School of Nursing. Infine sono stata scelta per la Fellowship nell'American Academy of Nursing e inserita nell'ottobre del 2019.

Dato che sono nata a Springfield, Massachusetts, ho iniziato lì, nel 1981, la mia carriera di insegnante come istruttrice di nursing medico-chirurgico nella Baystate Medical Center School of Nursing. Nel 1989 mi sono spostata a Rhode Island e ho iniziato ad insegnare nursing medico-chirurgico avanzato e nursing per la salute mentale a studenti RN e LPN nel Community College of Rhode Island. Mentre insegnavo lì, un gruppo di studenti mi ha chiesto assistenza per preparare l'esame NCLEX. Ho sempre avuto un interesse speciale per la valutazione delle probabilità di successo degli studenti di infermieristica grazie alle mie esperienze personali con i test. Superare i test per me non è mai stato facile e quando ero una studentessa dovevo escogitare delle strategie e dei metodi particolari per avere successo. Le difficoltà che avevo sperimentato e il desiderio di aiutare gli studenti a superare gli ostacoli associati ai test mi hanno dato l'ispirazione per sviluppare e scrivere i molti sussidi per superare i test con successo. La mia esperienza in qualità di studente, docente di scienze infermieristiche e autrice di testi per la preparazione agli esami NCLEX mi ha permesso di elaborare un corso di ripasso completo, finalizzato a preparare gli infermieri per questo esame.

Successivamente, nel 1994, ho iniziato a insegnare nursing medico-chirurgico al Salve Regina University di Newport, Rhode Island, dove sono docente che prepara gli studenti infermieristici senior per l'esame NCLEX-RN. Inoltre, attualmente insegno part-time presso la University of Nevada, Las Vegas.

Ho fondato la Professional Nursing Seminars, Inc. nel 1991 e la Nursing Reviews, Inc. nel 2000. Queste società hanno sede a Henderson, Nevada. Entrambe le società si dedicano ad aiutare i laureati in infermieristica a diventare infermieri abilitati, infermieri pratici/vocazionali autorizzati o entrambi.

Oggi sono autrice di numerosi prodotti di successo. Inoltre, lavoro come consulente Elsevier per l'HESI Live Reviews, per i corsi di preparazione agli esami NCLEX in tutti gli Stati Uniti. Sono molto felice che abbiate deciso di unirvi a me nel vostro viaggio verso il successo nei test per gli esami infermieristici e per l'esame NCLEX-RN!



**Angela E. Silvestri,
PhD, APRN, FNP-BC,
CNE**

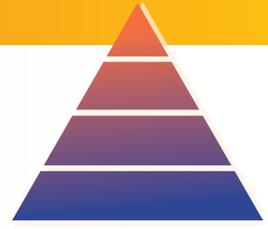
(Foto di Brent A. Elmore)

Essere un'infermiera è uno degli aspetti che arricchiscono di più la mia vita. È una carriera piena di sfaccettature e complessa, che mi permette di partecipare a continue sfide dal punto di vista scientifico, tecnico e spirituale. Come insegnante di infermieristica mi sento onorata di trasmettere la mia conoscenza ed esperienza a coloro che sperano di aiutare gli altri con questa professione altruista e premurosa. Come scienziata, il mio scopo è avere un'influenza significativa sui metodi usati per l'assistenza sanitaria, sulla qualità dell'assistenza fornita e sui risultati complessivi.

Ho conseguito il baccalaureato di scienze in nursing presso la Salve Regina University di Newport, Rhode Island. Successivamente, ho lavorato nel settore dell'assistenza a lungo termine, assistenza subacuta, riabilitazione e assistenza acuta. Conti-

nuo a lavorare come infermiera per mantenere le mie competenze tecniche e tenermi al corrente dei cambiamenti dell'assistenza sanitaria odierna. Ho avuto l'opportunità di lavorare come precettrice per gli infermieri professionali neolaureati mentre lavoravo in queste aree. Mossa dal desiderio di diventare insegnante, ho conseguito il Master of Science in infermieristica con particolare attenzione all'educazione presso la University of Nevada, Las Vegas, e ho iniziato la mia carriera di insegnante. Ho continuato i miei studi nel programma Doctor of Philosophy presso la University of Nevada, Las Vegas, concentrandomi sull'iniziare il mio programma di ricerca in scienze dell'infermieristica. Ho recentemente completato il certificato post-laurea in pratica avanzata e non vedo l'ora di svolgere il ruolo di infermiere di pratica avanzata.

Negli anni, ho dedicato molto tempo allo sviluppo di materiali di preparazione per il NCLEX e all'insegnamento in corsi di ripasso dal vivo per lo stesso esame. Mi entusiasma la prospettiva di aiutare i neolaureati a compiere il passo finale per diventare infermieri abilitati. Grazie per la vostra dedizione alla professione infermieristica e spero che troverete questa risorsa utile nel vostro viaggio per diventare infermieri abilitati. Nel caso non lo sapeste già, l'infermieristica è una professione straordinaria!



Collaboratori

Consulenti

Dianne E. Fiorentino

Research Coordinator
Nursing Reviews, Inc.
Henderson, Nevada

James J. Guilbault, PharmD, BS

Pharmacy Manager
Walgreens Pharmacy
Palmer, Massachusetts

Clinical Staff Pharmacist
Mercy Medical Center
Springfield, Massachusetts

Nicholas L. Silvestri, BA

Editorial and Communications Analyst
Nursing Reviews, Inc.
Henderson, Nevada

Collaboratori

Carmen George, DNP, MSN, BSN, APRN, WHNP-C

Women's Health Associates of Southern Nevada
Las Vegas, Nevada

Eileen H. Gray, DNP, RN, CPNP

Adjunct Professor, Nursing
Salve Regina University, Newport, Rhode, Island

Debra Hagler, PhD, RN, ACNS-BC, CNE, CHSE, ANEF, FAAN

Clinical Professor
College of Nursing and Health Innovation
Arizona State University, Phoenix
Phoenix, Arizona

Lisa Nicholas, MSN, RN

Clinical Instructor/Lecturer
School of Nursing
University of Nevada, Las Vegas

Registered Nurse
Sunrise Hospital Medical Center
Las Vegas, Nevada

Paula Richards, BA

Counsellor
Behaviorial Health
Baystate Medical Center
Springfield, Massachusetts

Katherine M. Silvestri, BSN, RN

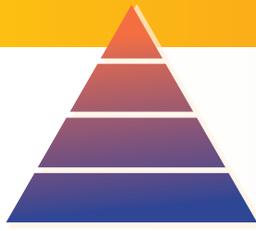
Associate Editor
Consultant, Nursing Reviews, Inc.,
Henderson, Nevada

Jane Tyerman, RN, MScN, PhD

Professor, Nursing
Trent/Fleming School of Nursing, Peterborough
Ontario, Canada

Laurent W. Valliere, BS, DD

Vice President
Professional Nursing Seminars, Inc.
Marketing
Nursing Reviews, Inc.
Henderson, Nevada



Revisori

Amber Ballard, MSN, RN

Registered Nurse
Emergency Department
Sparrow Health System
Lansing, Michigan

Brenda A. Battle, RN, BSN, MBA

Vice President, Urban Health Initiative and Chief
Diversity, Inclusion and Equity Officer Administration,
The Office of Community Affairs and
Diversity, Inclusion and Equity
The University of Chicago Medicine
Chicago, Illinois

Dawn Carpenter, DNP, ACNP-BC, CCRN

Assistant Professor
Coordinator, Adult Gerontology Acute Care Nurse
Practitioner track
University of Massachusetts Medical School
Worcester, Massachusetts

Mary Carrico, MSN, RN

Associate Professor of Nursing
West Kentucky Community and Technical College
Paducah, Kentucky

Debra A. Cherubini, PhD, RN

Assistant Professor
Chair, Department of Nursing
Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Kim Clevenger, EdD, MSN, RN, BC

Associate Professor of Nursing
Morehead State University
Morehead, Kentucky

Christine R. Durbin, PhD, JD, RN

Associate Professor and Chair, Primary Care & Health
Systems
Southern Illinois University Edwardsville School of
Nursing
Edwardsville, Illinois

Janine Eagon, RNC, MS, CNS Certified Inpatient Obstetrics

Professor
Nursing Faculty
Bryant & Stratton College
Wauwatosa, Wisconsin

Alena Grewal, MSN, APRN, FNP-BC

Clinical Instructor
University of Nevada, Las Vegas School of Nursing
Las Vegas, Nevada

Jessica Leanne Grimm, DNP, APRN, ACNP-BC, CNE

Assistant Professor
College of Nursing
Touro University Nevada
Henderson, Nevada

Brad Harrell, DNP, APRN, ACNP-BC

Assistant Professor, Director of MSN and TNeCampus
Programs
Loewenberg College of Nursing
University of Memphis
Memphis, Tennessee

Kimberly Head, BA, BS, DC

Director, Healthcare Programs
Collin College
Plano, Texas

Tiffany Jakubowski, BSN, RN, CMSRN, ONC

Clinical Nurse III
Ortho/Neuro
Longmont United Hospital
Longmont, Colorado

Ronald Jolley, MSN, RN

Registered Nurse
Adult Health Medical-Surgical
Henderson Hospital
Henderson, Nevada

Clinical Instructor
Chamberlain College of Nursing
Las Vegas, Nevada

Donna E. McCabe, DNP, APRN-BC, GNP

Clinical Assistant Professor
New York University Rory Meyers College of Nursing
New York, New York

Janis Longfield McMillan, MSN, RN, CNE

Associate Clinical Professor
School of Nursing
Northern Arizona University
Flagstaff, Arizona

Lisa Nicholas, MSN, RN

Clinical Instructor/Lecturer
School of Nursing
University of Nevada, Las Vegas

Registered Nurse
Sunrise Hospital Medical Center
Las Vegas, Nevada

David Petersen, MSN-Ed, RN

Adjunct Faculty
Paradise Valley Community College
Phoenix, Arizona

Karen Petersen, MSN-L, RN

Adjunct Faculty
Maricopa Community College District
Phoenix, Arizona

Misty Britt Stone, MSN RN

Clinical Assistant Professor
Nursing
The University of North Carolina at Pembroke
Pembroke, North Carolina

Jane Tyerman, RN, MScN, PhD

Professor, Nursing
Trent/Fleming School of Nursing
Peterborough,
Ontario, Canada

Joanna Van Sant, MSN, RN

RN Team Coordinator
Pain Management
Sentara Princess Anne Hospital
Virginia Beach, Virginia

Veronica Vital, PhD, RN

Clinical Assistant Professor
University of Arizona—College of Nursing
Tucson, Arizona

Student and Graduate Reviewers**Lea Adams, Graduate Nurse**

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Margaret Adams, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Emily Besaw, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Megan Bosetti, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Jenna Lynn Boyle, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Isabella Buda, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Monica Burritt, MAEd, BSN, RN

Graduate, Northern Arizona University
Flagstaff, Arizona

Morgan Cahill, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Hayley Cambrola, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Jennifer Carlson, RN, BSN

Graduate, Chamberlain College of Nursing
Phoenix, Arizona

Mary Cugini, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Kirsten Cunneen, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Stefanie Dias, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Caitlin Ecsedy, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Kelly Feola, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Megan Gilmore, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Megan Guest, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Ashley Haskell, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Kristen Hickey, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Valerie Huard, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Ariana Incorvati, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Hathathip Keophakdy, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Michaela Lacerra, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Brianna Machnacz, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Elizabeth Maher, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Kara Merryfield, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Emma Murray, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Hien Nguyen, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Serena O'Hara, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Baleigh Payne, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Ashley Polson, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Isabelle Rella, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Jeff Risano, RN, BSN

Graduate, Chamberlain College of Nursing
Phoenix, Arizona

Melissa Rocchio, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Samantha Rudnik, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Jenny Scheer, Student Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Mallory Tassone, Graduate Nurse

Salve Regina University
Newport, Rhode, Island

Brianna Wilcox, Graduate Nurse

Salve Regina University,
Newport, Rhode, Island



Collaboratori della precedente edizione

Le Autrici e l'Editore desiderano ringraziare anche coloro che hanno collaborato alla precedente edizione di quest'Opera:

Marilee Aufdenkamp, BSN, MS

Assistant Professor,
School of Nursing,
Creighton University,
Omaha, Nebraska

Jaskaranjeet Bhullar, RN

Graduate, School of Nursing,
Touro University Nevada,
Henderson, Nevada

Jean Burt, BS, BSN, MSN

Instructor, Nursing, City Colleges of
Chicago, Chicago, Illinois

Reitha Cabaniss, EdD, MSN

Nursing Director, Bevill State
Community College,
Jasper, Alabama

**Barbara Callahan, MEd, RN, NCC,
CHSE**

Retired, Lenoir Community College,
Kinston, North Carolina

Nancy Curry, BSN, MSN

Assistant Professor, Nursing,
Northwestern State University
College of Nursing and School
of Allied Health, Shreveport,
Louisiana

Mattie Davis, DNP, MSN, RN

Nursing Instructor, Health Sciences,
J.F. Drake State Technical College,
Huntsville, Alabama

Margie Francisco, EdD, MSN, RN

Nursing Professor, Health Division,
Illinois Valley Community
College, Oglesby, Illinois

Marilyn Greer, MS, RN

Associate Professor of Nursing,
Rockford College, Rockford,
Illinois

Joyce Hammer, RN, MSN

Adjunct Faculty, Nursing, Monroe
County Community College,
Monroe, Michigan

Donna Russo, MSN, CCRN, CNE

Nursing Instructor, ARIA Health
School of Nursing,
Philadelphia, Pennsylvania

Mary Scheid, RN, MSN

NCMC Breast Center, North,
Colorado Medical Center,
Greeley, Colorado

Laurent W. Valliere, BS, DD

Vice President of Nursing Reviews,
Inc., Professional Nursing
Seminars, Inc., Henderson,
Nevada

Donna Wilsker, MSN, BSN

Assistant Professor, Dishman
Department of Nursing, Lamar
University, Beaumont, Texas

**Item Writer and Section
Editor**

Donna Russo, MSN, CCRN, CNE

Nursing Instructor, ARIA
Health School of Nursing,
Philadelphia, Pennsylvania

Item Writers

Amber Ballard, MSN, RN

Registered Nurse,
Emergency Department,
Sparrow Health System,
Lansing, Michigan

Betty Cheng, MSN

Assistant Professor,
School of Nursing,
MCPHS University,
Boston, Massachusetts

Christina Keller, MSN, RN

Instructor, School of Nursing,
Radford University, Radford,
Virginia

Heidi Monroe, MSN, RN-BC, CAPA

Assistant Professor of Nursing,
NCLEX-RN® Coordinator, Bellin
College, Green Bay, Wisconsin

**Bethany Hawes Sykes, EdD, RN,
CEN, CCRN**

Adjunct Faculty,
Department of Nursing,
Salve Regina University,
Newport, Rhode Island

Emergency Department RN,
St Luke's Hospital, New Bedford,
Massachusetts

Linda Turchin, RN, MSN, CNE

Assistant Professor, Nursing,
Fairmont State University,
Fairmont, West Virginia

**Olga Van Dyke, PhD (c), CAGS,
MSN**

Assistant Professor,
School of Nursing,
MCPHS University,
Boston, Massachusetts

Donna Wilsker, MSN, BSN

Assistant Professor, Dishman
Department of Nursing,
Lamar University,
Beaumont, Texas



Ringraziamenti

Molte sono le persone che a modo loro hanno contribuito alla realizzazione del mio sogno professionale.

Innanzitutto voglio ringraziare i miei genitori, che attraverso l'istruzione mi hanno offerto numerose opportunità. Ringrazio mia madre, Frances Mary, per tutto il suo amore, supporto e assistenza mentre lavoravo per raggiungere i miei obiettivi professionali. Ringrazio mio padre, Arnold Lawrence, che mi ha sempre incoraggiata. Il ricordo del loro amore e supporto rimarrà sempre nel mio cuore. Sono certa che sono veramente orgogliosi dei miei traguardi professionali.

Voglio ringraziare anche il mio migliore amico e amore della mia vita, mio marito, Larry; mia sorella, Dianne Elodia, e suo marito, Lawrence; mio fratello, Lawrence Peter, e mia cognata, Mary Elizabeth; mia cugina, Paula, e i miei nipoti, Angela, Gina, Karen, Katie, Brianna e Nicholas, che hanno continuato a sostenermi e ad aiutarmi durante la ricerca e la preparazione di questa pubblicazione.

Voglio ringraziare i miei studenti di infermieristica del Community College of Rhode Island, che nel 1991 mi hanno persuaso ad assisterli nell'esame NCLEX-RN. Il loro entusiasmo e la loro ispirazione mi hanno indotto a iniziare un corso di preparazione all'esame NCLEX-RN per gli studenti di infermieristica. Ringrazio anche i numerosi studenti di infermieristica che hanno frequentato il mio corso con la volontà di condividere bisogni e idee. Il loro contributo ha sicuramente reso unica questa pubblicazione.

Desidero ringraziare anche tutti i docenti della facoltà di infermieristica che hanno insegnato nei miei corsi per l'esame NCLEX-RN; il loro impegno, la loro dedizione e la loro esperienza hanno sicuramente aiutato gli studenti ad aver successo all'esame NCLEX.

Voglio estendere un ringraziamento speciale a mia nipote Angela, per essersi unita a me nella preparazione e creazione delle risorse NCLEX. È fantastico lavorare con Angela; le sue specifiche

conoscenze teoriche e cliniche, l'esperienza e la consistenza delle idee ed il suo contributo hanno certamente reso eccellente questo testo. Lei si è interamente dedicata alla promozione e al successo degli studenti. Grazie Angela!

Un ringraziamento speciale va a Loren Wilson, ex Senior Vice President, per i suoi anni di guida esperta e continuo supporto per tutti i prodotti *Pyramid to Success*.

Vorrei anche ringraziare Patricia Mieg, ex rappresentante di testi formativi, che mi ha incoraggiata a sottoscrivere le mie idee e pubblicare la prima edizione di questo libro con la W.B. Saunders Company.

Devo necessariamente ringraziare la Salve Regina University per l'opportunità di educare gli studenti di infermieristica nel corso triennale e il suo supporto durante la mia ricerca e stesura di questa pubblicazione. Vorrei ringraziare specialmente il mio collega - il Dr. Eileen Gray - per tutti i suoi incoraggiamenti, il supporto e la dedizione al mio tentativo professionale.

Desidero ringraziare il Community College of Rhode Island, che mi ha fornito l'opportunità di insegnare agli studenti di infermieristica dell'Associate Degree of Nursing Program. Un ringraziamento speciale a Patricia Miller, MSN, RN, e Michelina McClellan, MS, RN, del Baystate Medical Center, School of Nursing, in Springfield, Massachusetts, le mie prime mentori nella formazione infermieristica.

Infine, un sincero e speciale ringraziamento a mio marito, Laurent (Larry) W. Valliere, per il suo contributo a questa pubblicazione, per aver insegnato nel mio corso per l'esame NCLEX-NR e per la sua dedizione e impegno nell'assistere i miei studenti di infermieristica a prepararsi per l'esame da un punto di vista non accademico. Lo ringrazio per il continuo supporto; è sempre stato leale e amorevole nei miei confronti in ogni momento del mio lavoro. Larry, tu sei la mia "roccia di sostegno"! Grazie mille!

Linda

Molte sono le persone che hanno contribuito al successo del mio lavoro a questo progetto. Sono veramente grata per il loro continuo supporto.

Prima di tutto, vorrei ringraziare mio marito Brent, per la sua spensieratezza e l'indole positiva. Lui sa sempre quando farmi ridere, specialmente quando sono stressata. Tutto questo non sarebbe stato possibile senza di lui!

Vorrei ringraziare anche i miei genitori, Mary e Larry, per il loro continuo supporto in questi anni. Il loro lavoro di incoraggiamento e la loro saggezza sono stati essenziali per il mio successo. Inoltre non saprei cosa fare senza il loro supporto nel prendersi cura dei miei bambini!

Vorrei ringraziare mia sorella Katie, che è una fantastica infermiera. La sua ambizione come studentessa di infermieristica è stata d'ispirazione e mi ricorda perché mi appassiona così tanto essere un'educatrice. Grazie a mio fratello, Nick, che è sempre stato positivo e di incoraggiamento. La sua arguzia e il suo sarcasmo sono sempre stati di sollievo al mio umore a fine giornata. Vorrei ringraziare anche le mie amiche Jessica, Alena e Lisa per il loro continuo supporto, incoraggiamento e cameratismo lungo tutto il mio sforzo professionale.

Infine, voglio estendere i ringraziamenti a Linda per la sua collaborazione, guida ed esperienza. Senza di lei non sarei qui oggi. Grazie Linda!

Angela

Innanzitutto vorremmo ringraziare il nostro associate editor, Katie Silvestri, per tutto il suo dedicato e duro lavoro nel pubblicare e preparare il manoscritto per questa edizione. La sua esperienza e attenzione ai dettagli ha sicuramente aggiunto qualità a questa risorsa. Inoltre, siamo sinceramente grate a Katie per aver scritto un capitolo di questo libro sulla sua esperienza e preparazione e nello svolgimento dell'esame NCLEX. Grazie mille Katie!

Vogliamo anche riconoscere il contributo di Laurent W. Valliere e ringraziarlo per aver scritto un capitolo evidenziando le importanti problematiche non accademiche durante la preparazione del test.

Un ringraziamento speciale e riconoscimento va a tutti i revisori, collaboratori e autori che hanno aggiornato e fornito domande pratiche e a tutti i precedenti collaboratori di questo libro.

In aggiunta, vogliamo ringraziare Paula Richards per la sua esperienza e i suoi input nel creare il nuovo capitolo, intitolato Assistenza a gruppi vulnerabili di popolazione. Grazie Paula!

Desideriamo offrire uno speciale riconoscimento e ringraziamento a Jane Tyerman per aver revisionato molte sezioni del libro, inclusa la sezione dedicata alla salute mentale, assicurandosi che includesse le pratiche infermieristiche cana-

desi e i loro standard. Grazie Jane!

Vorremmo inoltre ringraziare i revisori e collaboratori che hanno speso molto del loro tempo per i nuovi capitoli del libro e le sezioni specialistiche. La loro esperienza ha certamente aggiunto qualità a questo libro. Grazie, Jessica Grimm e David Peterson, per la vostra esperienza alla revisione del nuovo capitolo Complessità dell'assistenza. Grazie, Lisa Nicholas, per la tua esperienza nel revisionare ed aggiornare gli stadi di sviluppo. Grazie Eileen Gray, per gli aggiornamenti in Assistenza infermieristica pediatrica; grazie Carmen George per gli aggiornamenti in Assistenza infermieristica ostetrica. Infine, grazie Debra Hagler, per la tua esperienza nell'aggiornare la sezione cardiocircolatoria in questa edizione. In aggiunta, un ringraziamento speciale a Veronica Vital e Kimberly Head, per aver revisionato il nuovo capitolo dedicato ai gruppi vulnerabili di popolazione.

Ringraziamo Dianne E. Fiorentino per il suo continuo supporto e dedizione al nostro lavoro, nel suo essere un riferimento e per aver assolto alle altre responsabilità di segreteria per l'ottava edizione di questo libro. Ringraziamo Jimmy Guibault per aver supportato la ricerca, e Nick Silvestri per la sua modalità di comunicazione e le esperte abilità dimostrate nella prima revisione del manoscritto. Ringraziamo Mary e Larry Silvestri per l'assistenza in tutte le attività e progetti che dovevamo completare. Un grazie speciale a tutti voi!

Ringraziamo tutti i nostri studenti e laureati che hanno revisionato le domande di tipo pratico di questo libro e fornito input sulla loro qualità. E vogliamo estendere un ringraziamento sincero e speciale a Kristen Hickey.

Ringraziamo sinceramente alcune persone importanti e speciali di Elsevier. Ringraziamo Jamie Blum, Senior Content Strategist, e Laurie Gower, Director of Development, per il loro continuo supporto, entusiasmo e guida professionale esperta durante tutta la preparazione di questa edizione. E un ringraziamento speciale a Laura Goodrich, Senior Content Development Strategist, per il suo grande supporto e assistenza, per aver considerato prioritario supervisionare il percorso, per le sue idee nella produzione, per le sue competenze professionali ed esperte nell'organizzazione e mantenimento di un'enorme quantità di manoscritti. Non avremmo potuto completare questo progetto senza Laura. Grazie Laura!

Vogliamo ringraziare tutto lo staff di Elsevier per il suo grande aiuto durante tutta la preparazione e produzione di questa pubblicazione. Un ringraziamento speciale a tutti loro. Ringraziamo Julie Eddy, Publishing Services Manager, e Amy Buxton, Designer. Avete giocato un ruolo significativo nel completare questa pubblicazione. Dobbiamo ringraziare Cindy Thoms, Senior Project Manager, che ha sostituito Laura durante la maternità. Cindy, sei stata di grande supporto con tutti

quelli con cui hai lavorato. La tua attenzione ai dettagli ai fini del mantenimento della qualità del libro è stata veramente apprezzata. Grazie!

Infine, un grazie veramente speciale a tutti gli studenti di infermieristica: passati, presenti e fu-

turi. Avete illuminato la nostra vita! L'amore e la dedizione alla professione infermieristica e il vostro impegno nel fornire assistenza vi porteranno infinite ricompense!

Linda e Angela



Indice generale

UNITÀ I

Standard professionali nell'assistenza infermieristica, 1

- 1 Assistenza a gruppi vulnerabili di popolazione, 3
- 2 Aspetti etici e legali della professione infermieristica, 13
- 3 Dare priorità all'assistenza delle persone: leadership, delega e pianificazione della risposta alle emergenze, 39

UNITÀ II

Principi fondamentali di assistenza infermieristica, 53

- 4 Liquidi ed elettroliti, 56
- 5 Equilibrio acido-base, 70
- 6 Parametri vitali e intervallo di riferimento degli esami di laboratorio, 78
- 7 Principi sulla nutrizione e indicazioni dietetiche, 92
- 8 Accertamento delle condizioni cliniche e dello stato di salute, 101
- 9 Sicurezza dell'ambiente, 123
- 10 Calcolo dei farmaci e somministrazione delle prescrizioni endovenose, 133
- 11 Assistenza infermieristica perioperatoria, 139
- 12 Posizionamento dei pazienti, 150

UNITÀ III

Crescita e sviluppo durante le fasi della vita, 157

- 13 Teorie della crescita e dello sviluppo, 159
- 14 Assistenza durante la crescita, lo sviluppo e le fasi della vita, 164
- 15 Assistenza alla persona anziana, 182

UNITÀ IV

Assistenza infermieristica ostetrica, 189

- 16 Anatomia e fisiologia del sistema riproduttivo, 191
- 17 Assistenza durante il periodo prenatale, 196
- 18 Condizioni di rischio correlate alla gravidanza, 209
- 19 Assistenza durante il travaglio e il parto, 228
- 20 Complicanze del travaglio e del parto, 239
- 21 Assistenza nel periodo post-partum, 243
- 22 Complicanze post-partum, 248
- 23 Assistenza al neonato, 253
- 24 Farmaci per il travaglio, il post-partum e per il neonato, 272

UNITÀ V

Assistenza infermieristica pediatrica, 283

- 25 Alterazioni del sistema tegumentario, 285
- 26 Alterazioni del sistema emopoietico, 290
- 27 Tumori infantili, 294
- 28 Alterazioni metaboliche ed endocrine, 302
- 29 Alterazioni del sistema gastrointestinale, 309
- 30 Alterazioni dell'occhio, dell'orecchio e della gola, 326
- 31 Alterazioni del sistema respiratorio, 330
- 32 Alterazioni del sistema cardiocircolatorio, 345
- 33 Alterazioni del sistema renale e urogenitale, 355
- 34 Alterazioni del sistema neurologico e delle funzioni cognitive, 361
- 35 Alterazioni del sistema muscoloscheletrico, 371
- 36 Alterazioni del sistema immunitario e malattie infettive, 378
- 37 Somministrazione di farmaci e calcolo della dose in pediatria, 388

UNITÀ VI**La persona con problemi tegumentari, 393**

- 38 Alterazioni del sistema tegumentario, 394
- 39 Farmaci per il trattamento di alterazioni tegumentarie, 406

UNITÀ VII**La persona con problemi oncologici ed oncoematologici, 413**

- 40 Patologie oncologiche e oncoematologiche, 414
- 41 Farmaci per il trattamento di malattie oncologiche ed ematologiche, 447

UNITÀ VIII**La persona con problemi endocrini, 455**

- 42 Alterazioni del sistema endocrino, 456
- 43 Terapia farmacologica per disturbi endocrini, 477

UNITÀ IX**La persona con problemi gastrointestinali, 489**

- 44 Alterazioni del sistema gastrointestinale, 491
- 45 Terapia farmacologica per patologie gastrointestinali, 514

UNITÀ X**La persona con problemi respiratori, 519**

- 46 Alterazioni del sistema respiratorio, 520
- 47 Terapia farmacologica per patologie respiratorie, 537

UNITÀ XI**La persona con problemi cardiocircolatori, 551**

- 48 Alterazioni cardiocircolatorie, 552
- 49 Terapia farmacologica per patologie cardiocircolatorie, 590

UNITÀ XII**La persona con problemi renali ed urinari, 605**

- 50 Alterazione del sistema renale ed urinario, 607
- 51 Terapia farmacologica per patologie renali ed urinarie, 637

UNITÀ XIII**La persona con alterazioni della vista e dell'udito, 645**

- 52 Alterazioni del sistema visivo e uditivo, 646
- 53 Terapia farmacologica oftalmica e otologica, 664

UNITÀ XIV**La persona adulta con problemi neurologici, 673**

- 54 Alterazioni del sistema neurologico, 674
- 55 Terapia farmacologica neurologica, 697

UNITÀ XV**La persona con problemi muscoloscheletrici, 707**

- 56 Alterazioni del sistema muscoloscheletrico, 709
- 57 Farmaci per il trattamento di patologie muscoloscheletriche, 728

UNITÀ XVI**La persona con alterazioni del sistema immunitario, 733**

- 58 Disturbi da immunodeficienza, 734
- 59 Farmaci per il trattamento delle alterazioni del sistema immunitario, 745

UNITÀ XVII**La persona adulta con problemi di salute mentale, 751**

- 60 Fondamenti di infermieristica in salute mentale, 752
- 61 Problemi di salute mentale, 761
- 62 Disturbi, abuso di sostanze e dipendenze, 780
- 63 Assistenza alla persona in crisi situazionale: perdita, lutto e abuso, 788
- 64 Psicofarmacologia, 799

UNITÀ XVIII**Complessità dell'assistenza, 811**

- 65 Complessità dell'assistenza, 813

Riferimenti bibliografici, 891

Indice analitico, 893