

Specializzando starter pack

TEST 2026



Perché questa dispensa?

Vogliamo darti in poche pagine tutte le **informazioni e i suggerimenti** che possono esserti utili per iniziare in modo sereno e consapevole **la preparazione al concorso di specializzazione SSM 2026**. Allo stesso tempo, vogliamo illustrarti quali sono le risorse a tua disposizione, da qui fino al giorno dell'esame.

Buona lettura!

Autore

Federico Frusone, chirurgo senologo, è docente, divulgatore medico-scientifico. Ha fondato la pagina social "H3 Medicine" ed è autore di più di 20 pubblicazioni didattiche e scientifiche e vincitore del premio Social Media Awards 2024. Le sue passioni sono i viaggi, il gaming e la musica metal. È supervisore medico-scientifico dei corsi Alpha Test.

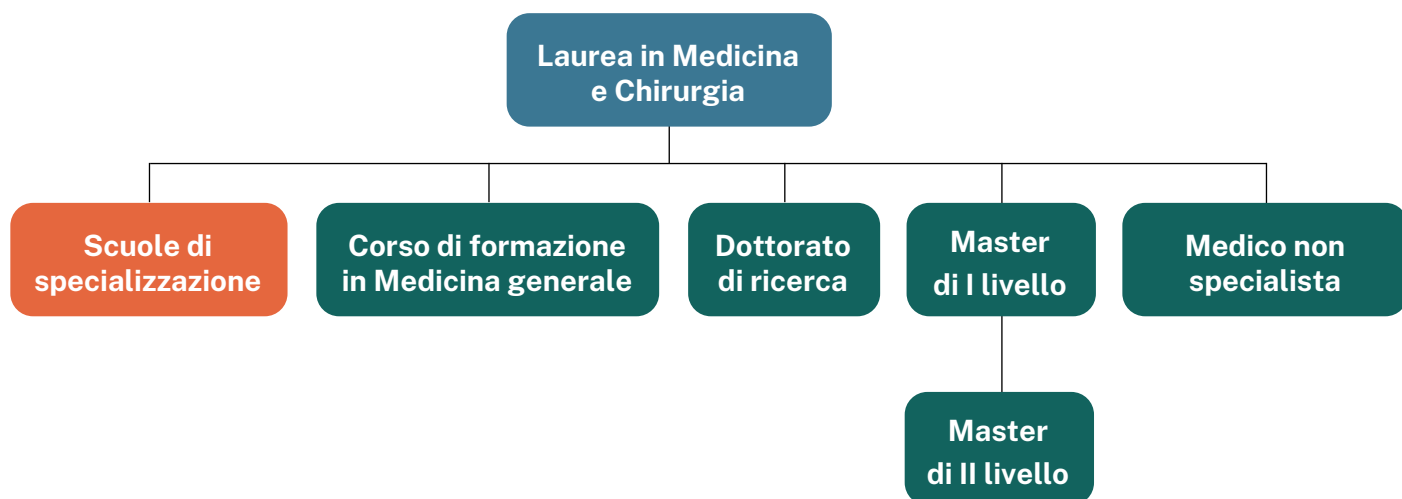


Indice

Che cos'è il concorso SSM?	4
Le differenze tra SSM e CFSMG.....	5
Come funziona il concorso SSM	6
Il “cronoprogramma” del concorso	8
Esiste un programma d'esame SSM?	14
Panoramica delle materie	14
Analisi per materia.....	15
Analisi per argomento.....	23
Dalla teoria alla pratica	24
Il ripasso della teoria.....	24
Step 1: riscaldamento	24
Step 2: come si risolvono gli esercizi	25
Step 3: le simulazioni.....	27
L'aiuto di un corso di preparazione	28
Scegliere la Scuola che fa per te	29
A caccia di informazioni.....	29

Che cos'è il concorso SSM?

Il concorso SSM è un esame nazionale necessario per accedere alle **Scuole di Specializzazione in Medicina**, il percorso di formazione medica post-lauream, a cui si affianca il corso di formazione specifica in **Medicina Generale** (CFSMG) che ha un iter selettivo differente.



Le differenze tra SSM e CFSMG

Specializzazione in Medicina (SSM)	Corso di formazione specifica in Medicina generale (CFSMG)
TEMPISTICA DELLA SELEZIONE	
Una prova all'anno, generalmente nel mese di luglio. > SSM 2024: 23 luglio 2024 > SSM 2025: 22 luglio 2025 > SSM 2026: 21 luglio	Una prova all'anno, che può svolgersi in mesi diversi. > CFSMG 2023/2026: 30 novembre 2023 > CFSMG 2024/2027: 9 ottobre 2024 > CFSMG 2025/2028: 30 settembre 2025
LA PROVA DI CONCORSO	
140 domande in 210 minuti	100 domande in 120 minuti
> Risposta corretta: 1 punto > Risposta sbagliata: -0,25 pt > Risposta non data: 0 pt	> Risposta corretta: 1 punto > Risposta sbagliata: 0 pt > Risposta non data: 0 pt
Per superare la prova non è richiesto un punteggio minimo.	Per superare la prova non è richiesto un punteggio minimo.
GRADUATORIE, BANDI E POSTI DISPONIBILI	
Bando unico a livello nazionale.	Ogni Regione pubblica il suo bando.
Graduatoria unica nazionale. Ogni candidato concorre per sedi e Scuole diverse.	Graduatorie regionali. Ogni candidato concorre per una regione.
La distribuzione dei contratti non è ancora uscita.	2.228 posti totali per il triennio 2025-2028.
IL PIANO DI STUDIO DEL CORSO	
Durata di 4 o 5 anni, a seconda della Scuola.	Durata di 3 anni per tutti.
Rotazioni diverse, a seconda della singola Scuola e sede.	Rotazioni uguali per tutti: > 18 mesi presso reparti ospedalieri > 6 mesi presso strutture territoriali > 12 mesi presso uno studio di medicina generale
Retribuzione: 2.083-2.166 € lordi mensili.	Retribuzione: 966 € lordi mensili.
La formazione si conclude con un esame finale e l'elaborazione di una tesi.	La formazione si conclude con un esame finale e l'elaborazione di una tesi.



Come funziona il concorso SSM

Per entrare in una delle tante di scuole di specializzazione attive in Italia è necessario superare un test con 140 domande a risposta multipla da risolvere in 210 minuti.

La prova valuta la tua **preparazione teorica** e le tue capacità di **ragionamento clinico**.

Al punteggio della prova (140 punti) si possono sommare al massimo altri 7 punti curriculum, che vengono assegnati in base ai seguenti criteri:

Voto di laurea	110 e lode	2 punti
	110	1,5 punti
	Da 108 a 109	1 punto
	Da 105 a 107	0,5 punti
Media dei voti degli esami sostenuti	Superiore o uguale a 29,5 punti	3 punti
	Superiore o uguale a 29 punti	2,5 punti
	Superiore o uguale a 28,5 punti	2 punti
	Superiore o uguale a 28 punti	1,5 punti
	Superiore o uguale a 27,5 punti	1 punto
	Superiore o uguale a 27 punti	0,5 punti
Altri titoli	Tesi di laurea sperimentale	0,5 punti
	Dottorato di ricerca in discipline di ambito medico-sanitario	1,5 punti

Qualche giorno dopo l'esame, sulla piattaforma dove hai fatto la registrazione (University) il Ministero pubblica la graduatoria nazionale. In base alla tua posizione in graduatoria, **dovrai scegliere le scuole e le sedi dove candidarti** come specializzanda o specializzando, completando una lista di abbinamenti scuola-sede, in ordine di preferenza.

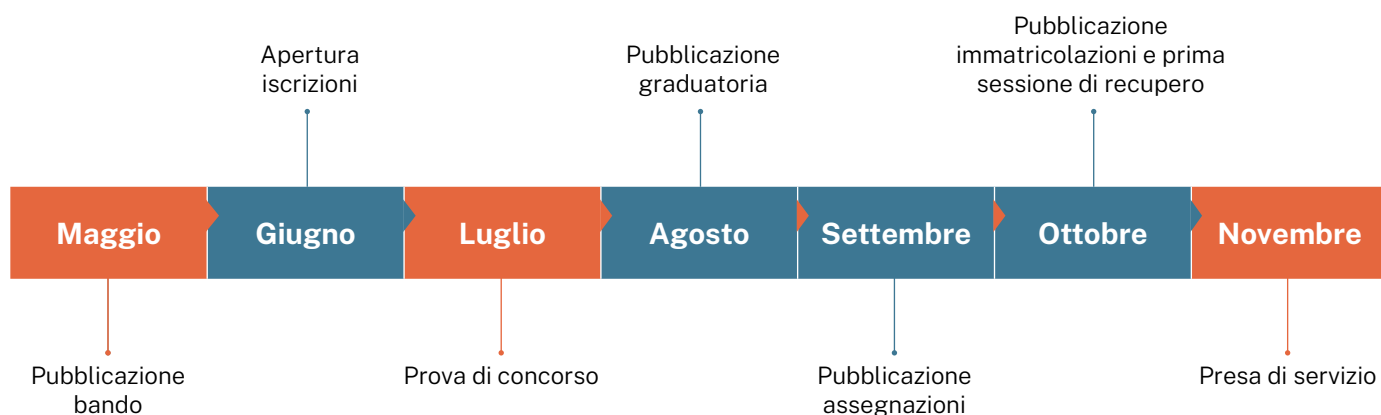
Per ogni accoppiata scuola-sede (se soddisfi i requisiti specifici) potrai selezionare, oltre al contratto statale (ovvero finanziato con fondi statali), anche eventuali contratti regionali (finanziati con fondi regionali) e/o di altri enti. I requisiti per selezionare questi contratti di solito vengono pubblicati in un documento apposito separato dal bando del concorso di specializzazione, denominato “**provvedimento integrativo**”.

Esempio di lista di preferenze SSM	
1	Cardiologia Milano
2	Pneumologia Ferrara
3	Gastroenterologia Perugia
4	Neurologia Padova
5	...

Chi arriva primo in graduatoria entra nella sua prima scelta, chi arriva secondo può scegliere tra tutti i posti tranne quello scelto dal collega precedente, e così via.



Il “cronoprogramma” del concorso



Le assegnazioni

Qualche giorno dopo che avrai compilato la tua lista di preferenze, usciranno le prime **assegnazioni**. Potrai allora decidere se iscriverti alla scuola dove risulti assegnato/a o aspettare le **sessioni di recupero**, in cui potrai eventualmente presentare un'altra lista e concorrere per i posti rimasti vacanti. La prima fase in cui vengono assegnati i contratti viene chiamata “sessione ordinaria”, ed è caratterizzata dalla possibilità di selezionare tutte le accoppiate scuola-sede (cioè tutte le scuole di specializzazione che hanno ottenuto o mantenuto l'accreditamento per il 2026). Conclusa la prima fase, se dovessero “avanzare” delle borse (ovvero dovessero rimanere delle borse di specializzazione vacanti), possono susseguirsi altre sessioni di recupero dei posti (le sessioni straordinarie), con regole specifiche a seconda che avvengano prima o dopo della presa di servizio (che normalmente è il 1 novembre).

Sessione ordinaria	Sessioni straordinarie prima della presa di servizio	Sessioni straordinarie dopo la presa di servizio
> Seleziono un certo numero di accoppiate scuola-sede (potenzialmente anche tutte) > Sono selezionabili TUTTE le sedi che hanno ricevuto l'accreditamento nell'anno > I posti statali sono selezionati in automatico, quelli regionali e di altri enti posso selezionarli o meno > Se non metto nulla, decado	> Seleziono un certo numero di accoppiate scuola-sede (potenzialmente anche tutte) > Sono selezionabili le sedi «avanzate» dalla sessione precedente, ovvero le borse libere (quelle borse che nessuno ha scelto o dove qualcuno è stato assegnato senza immatricolarsi) > Se non metto nulla, NON decado	> Posso partecipare solo se NON risulti immatricolato. > Seleziono un tot di scuole e sedi dal pool delle borse avanzate (borse totali meno le borse che nessuno ha scelto o dove qualcuno è stato assegnato senza immatricolarsi). > Se non seleziono nulla, decado dal concorso

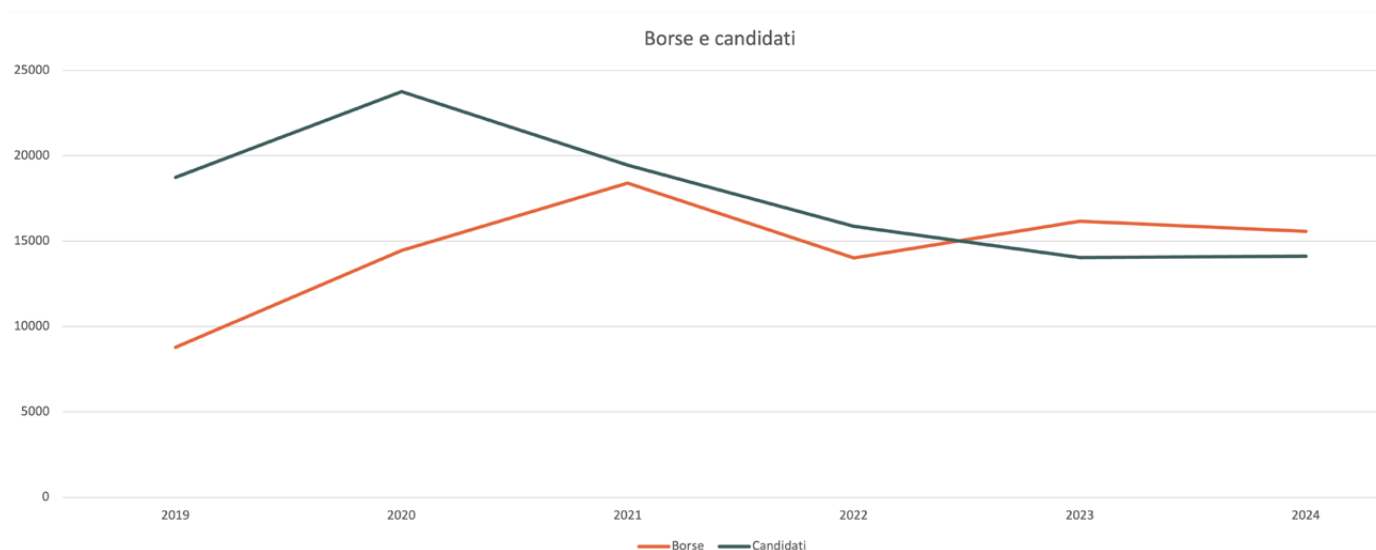
ATTENZIONE!

Le procedure di assegnazione delle diverse sessioni potrebbero cambiare nel 2026, fai riferimento al bando per tutti i dettagli!

Quanti sono i posti disponibili?

Al momento, il numero di posti per il 2026 non è noto (negli ultimi anni è stato comunicato addirittura dopo la data del concorso, a breve distanza dalla pubblicazione della graduatoria). Tra il 2019 e il 2021 si è visto un progressivo aumento dei **posti disponibili in relazione al numero dei partecipanti** alla selezione, tornato poi a ridursi leggermente nel 2022. Nel 2025 è tornato sotto l'unità dopo anni in cui venivano stanziati più borse rispetto al numero dei candidati.

	2025	2024	2023	2022	2021	2020	2019
Borse totali	15.804	15.577	16.165	14.025	18.398	14.455	8.776
Candidati al concorso	15.283	14.125	14.043	15.873	19.449	23.756	18.733
Rapporto borse/ candidati	0,96	1,10	1,151107	0,883576	0,945961	0,608478	0,468478



Sul rapporto tra numero di posti e numero di candidati, fai attenzione: non è importante solo il numero totale, ma anche la loro **distribuzione per scuola e per sede**. Infatti, la maggior parte delle borse viene destinata a scuole come Anestesia, Medicina di emergenza-urgenza, Pediatria, Medicina interna e Chirurgia generale, e non stupisce che le città più grandi (Roma e Milano) ospitino la maggior parte dei contratti di formazione.

Il punto è capire in che misura l'aumento del numero di posti nei vari abbinamenti scuola-sede sia per te significativo: si tratta del o degli abbinamenti che ti interessano?

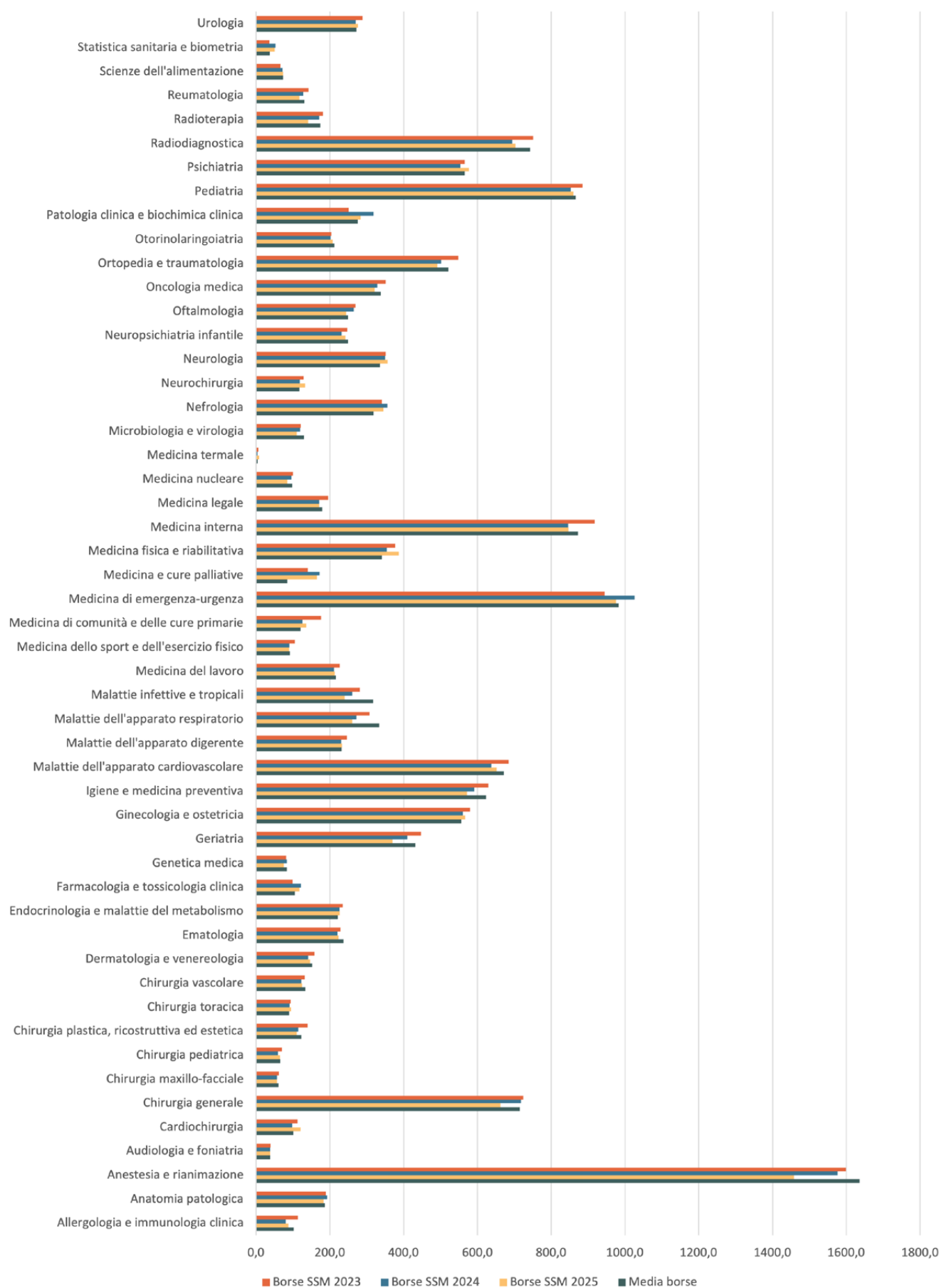
Oppure: dovrai rivedere i tuoi piani di specializzazione proprio in base a questa distribuzione non omogenea?

**Tieni conto di queste osservazioni:
ti saranno utili al momento della definizione delle tue preferenze.**

Scuola	Borse SSM 2025	Borse SSM 2024	Borse SSM 2023	Media borse (2020-25)	Differenza 2025 -media	Differenza 24-23
Allergologia e immunologia clinica	87	80	113	101	-14	7
Anatomia patologica	183	192	189	186	-3	-9
Anestesia e rianimazione	1458	1577	1599	1636	-178	-119
Audiologia e foniatria	38	38	39	38	0	0
Cardiochirurgia	120	98	112	101	19	22
Chirurgia generale	662	718	724	715	-53	-56
Chirurgia maxillo-facciale	56	56	62	61	-5	0
Chirurgia pediatrica	64	59	70	66	-2	5
Chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica	110	114	139	123	-13	-4
Chirurgia toracica	94	91	93	89	5	3
Chirurgia vascolare	124	123	131	133	-9	1
Dermatologia e venereologia	146	141	158	152	-6	5
Ematologia	223	221	229	236	-13	2
Endocrinologia e malattie del metabolismo	227	226	235	222	5	1
Farmacologia e tossicologia clinica	117	122	99	105	12	-5
Genetica medica	75	83	81	83	-8	-8
Geriatria	370	410	447	432	-62	-40
Ginecologia e ostetricia	567	561	580	556	11	6
Igiene e medicina preventiva	571	592	630	624	-53	-21
Malattie apparato cardiovascolare	652	638	684	672	-20	14
Malattie apparato digerente	233	230	246	231	2	3
Malattie apparato respiratorio	260	272	308	333	-73	-12
Malattie infettive e tropicali	240	260	281	317	-77	-20
Medicina del lavoro	213	211	227	217	-4	2

Scuola	Borse SSM 2025	Borse SSM 2024	Borse SSM 2023	Media borse (2020-25)	Differenza 2025 -media	Differenza 24-23
Medicina dello sport e dell'esercizio fisico	89	90	105	91	-2	-1
Medicina di comunità e delle cure primarie	136	125	176	120	16	11
Medicina di emergenza-urgenza	976	1026	945	983	-7	-50
Medicina e cure palliative	165	172	140	85	80	-7
Medicina fisica e riabilitativa	387	354	377	341	46	33
Medicina interna	847	846	918	872	-25	1
Medicina legale	171	171	195	179	-8	0
Medicina nucleare	85	95	100	98	-13	-10
Medicina termale	8	3	6	4	4	5
Microbiologia e virologia	110	119	121	129	-19	-9
Nefrologia	345	356	341	318	27	-11
Neurochirurgia	132	118	129	117	15	14
Neurologia	357	350	351	336	21	7
Neuropsichiatria infantile	242	231	247	249	-7	11
Oftalmologia	244	265	269	249	-5	-21
Oncologia medica	321	328	351	338	-17	-7
Ortopedia e traumatologia	491	502	548	521	-30	-11
Otorinolaringoiatria	207	202	204	212	-5	5
Patologia clinica e biochimica clinica	283	318	251	275	8	-35
Pediatria	860	853	885	867	-7	7
Psichiatria	577	554	565	565	12	23
Radiodiagnostica	703	694	751	742	-39	9
Radioterapia	141	171	181	174	-33	-30
Reumatologia	117	128	142	130	-13	-11
Scienze dell'alimentazione	73	71	66	73	0	2
Statistica sanitaria e biometria	50	52	36	37	13	-2
Urologia	276	270	289	272	4	6
TOTALE	15283	15577	16165	15804		

Qui invece vedi, scuola per scuola, la variazione negli ultimi anni del numero di borse di formazione.



Attenzione: **le scuole di specializzazione non sono sempre le stesse di anno in anno**. Infatti vengono sottoposte ciclicamente a revisione da parte dell'Osservatorio Nazionale della Formazione Medica Specialistica (NFMS), che può accreditare nuove scuole, confermare le scuole accreditate l'anno scorso o rimuovere l'accREDITAMENTO a scuole che non soddisfano più i requisiti minimi.

Se vuoi saperne di più sul funzionamento della graduatoria, abbiamo dei video anche su questo!

Come funziona la graduatoria SSM



Approfondimento e Q&A sulla graduatoria SSM



Esiste un programma d'esame SSM?

Una delle domande che vengono fatte più spesso quando si comincia a pensare al concorso di specializzazione è **“qual è il programma d'esame?”**.

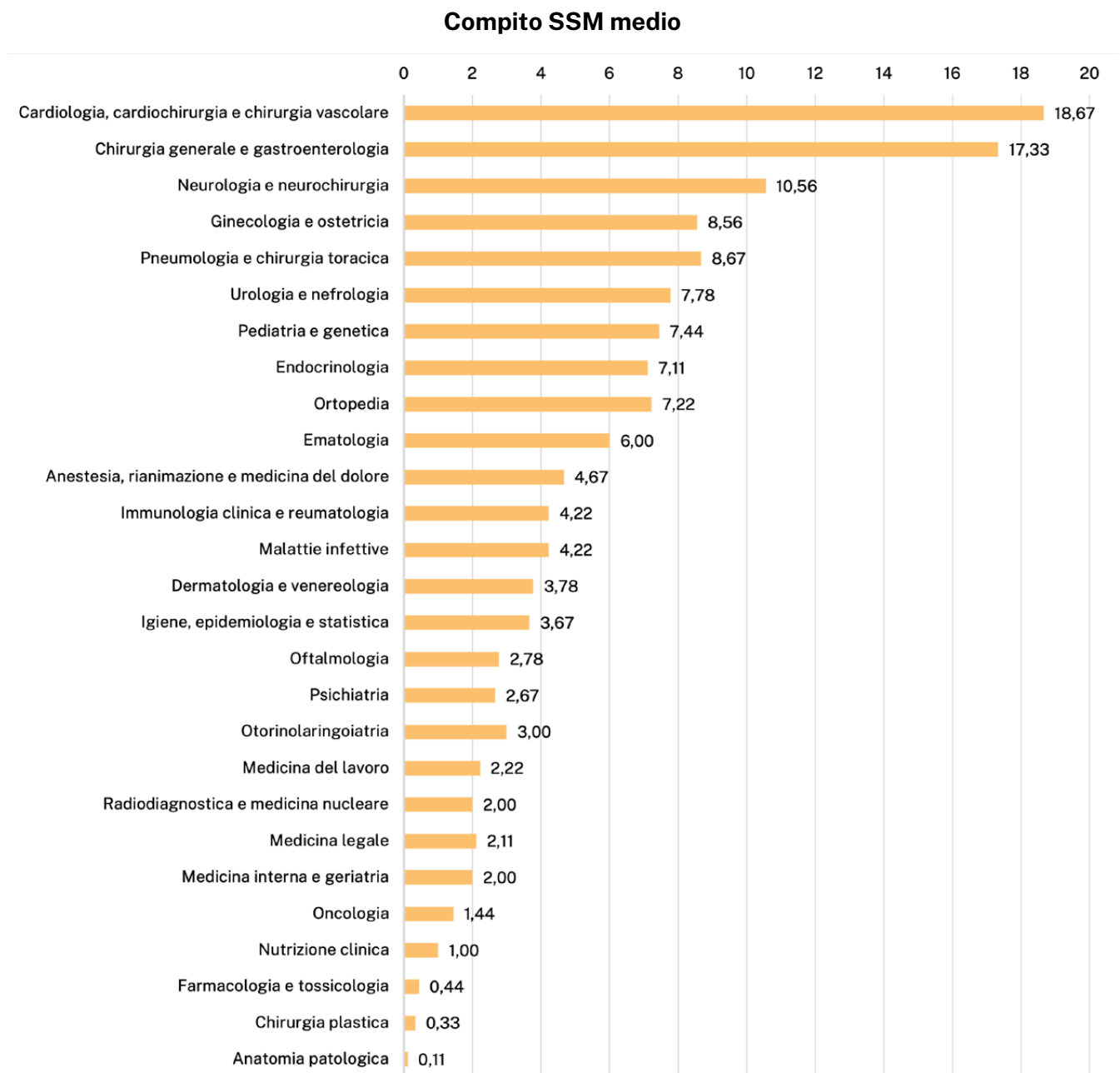
E qui dobbiamo darti una mezza delusione. Un programma di esame ufficiale, purtroppo, **non esiste** 😞.

Possiamo però “ricavarlo” partendo dai concorsi degli anni passati. Ormai il test di specializzazione si svolge nello stesso modo da alcuni anni (dal 2017 per la precisione), quindi è disponibile un **archivio di diverse centinaia di domande** dal quale estrarre materie e argomenti ricorrenti.

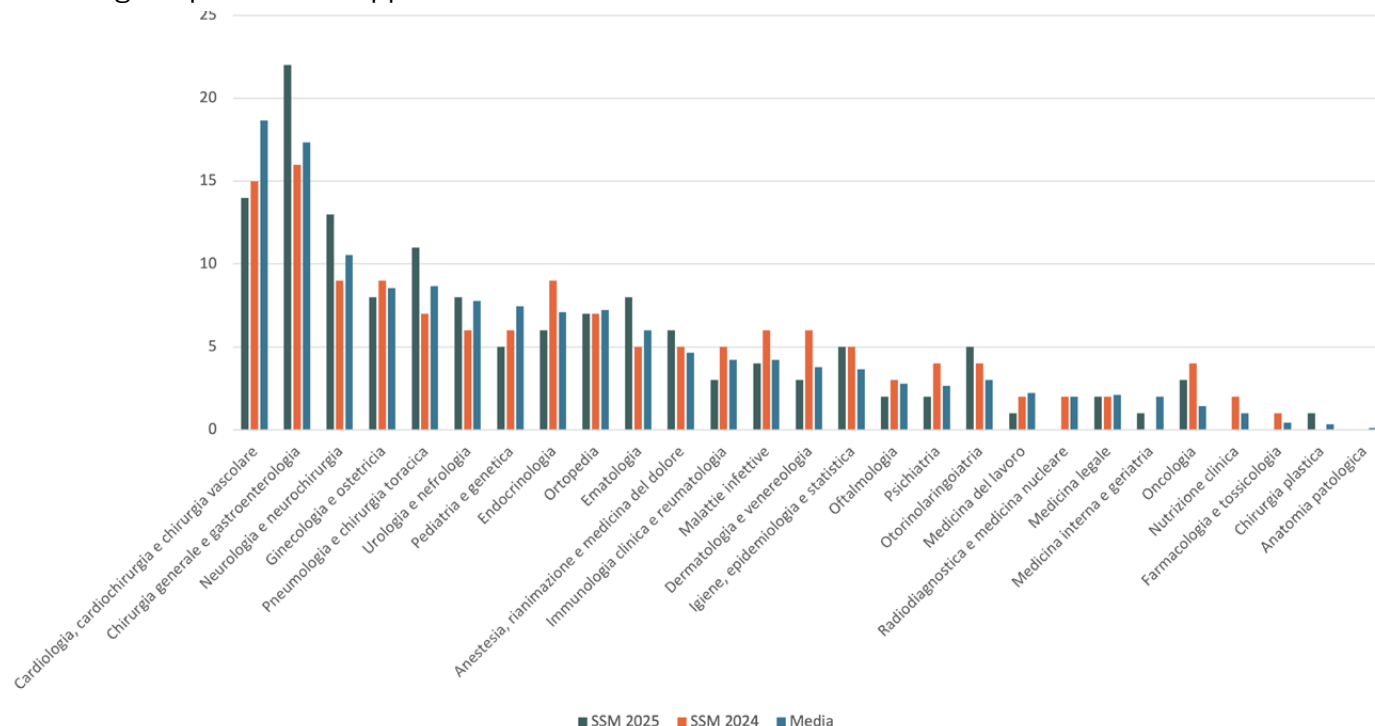
L'abbiamo analizzato ed ecco cosa è emerso.

Panoramica delle materie

Qui vedi un compito SSM “ideale”, ovvero, per ogni materia, la media del numero di domande uscite negli ultimi 9 anni (dal 2017 al 2025).



E in questo grafico abbiamo confrontato la media delle domande con il numero di domande uscite negli ultimi due concorsi di specializzazione, per evidenziare come, ad ogni concorso, ci siano alcune materie che vengono più o meno rappresentate.



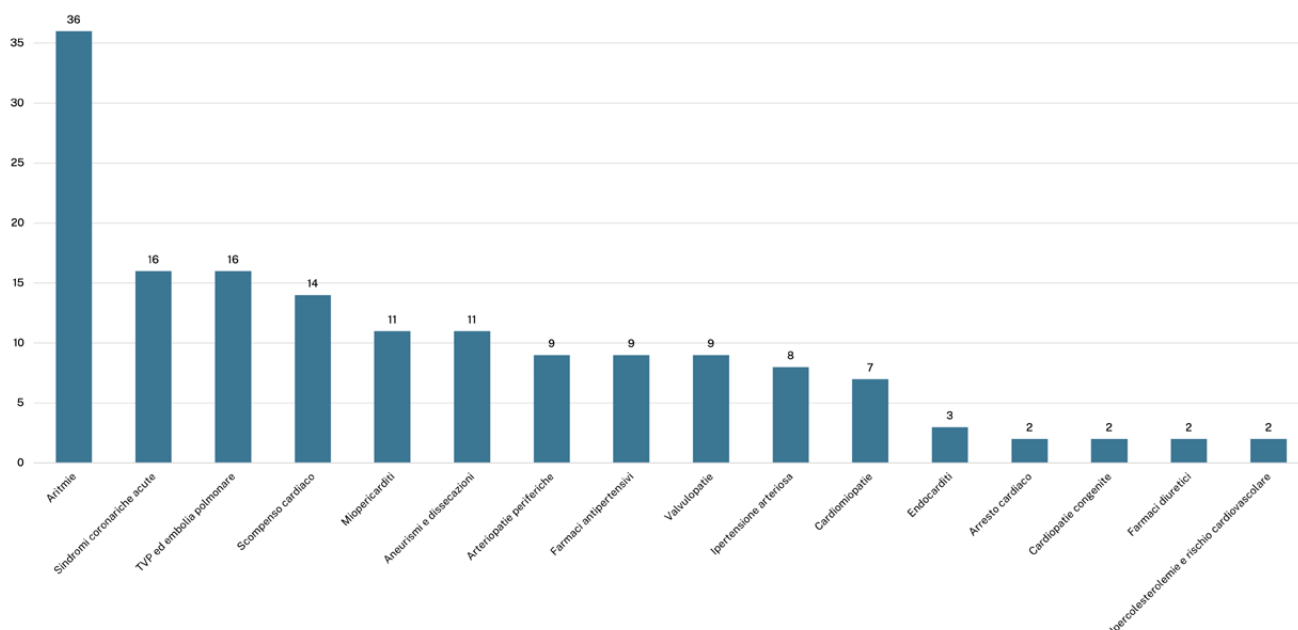
Analisi per materia

Analizziamo in dettaglio le materie più importanti, in modo da poterci creare un programma che copra la maggior parte del concorso per come lo conosciamo attualmente.

Cardiologia

Gli argomenti che ricorrono più spesso sono le **aritmie** (fibrillazione atriale in primis), le **sindromi coronariche acute**, la **trombosi venosa profonda** e l'**embolia polmonare**, lo scompenso cardiaco, ma anche le miopericarditi e argomenti evergreen di chirurgia vascolare, come aneurismi/dissezioni e arteriopatie periferiche.

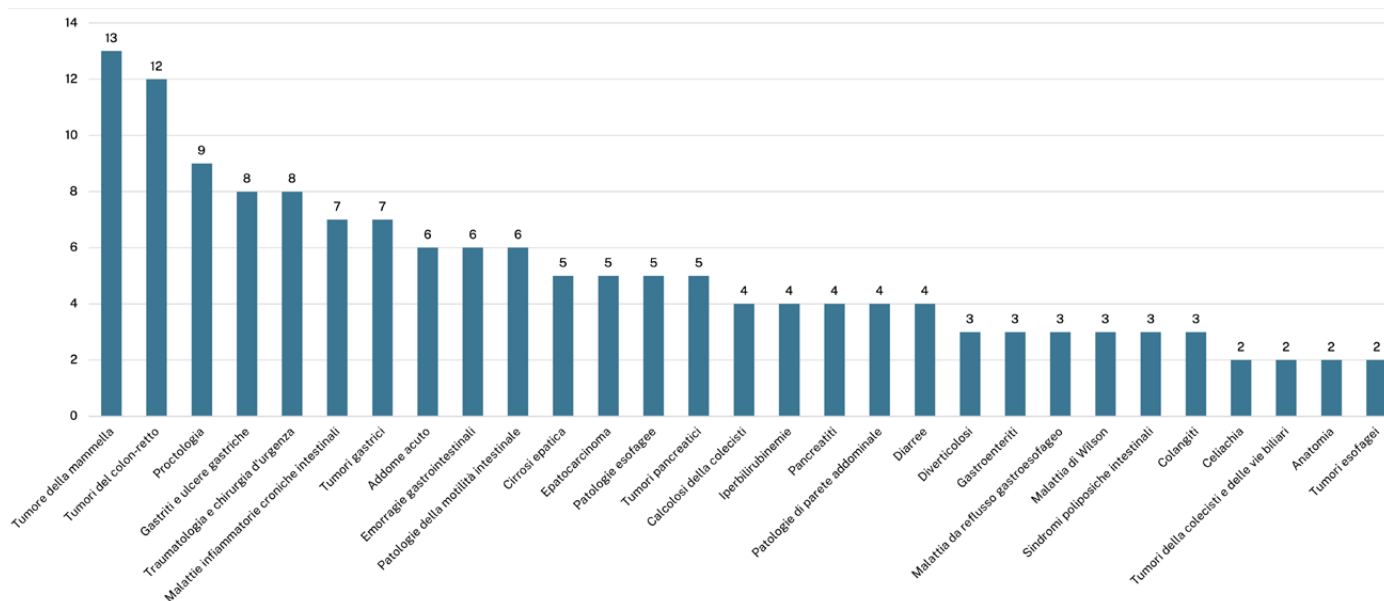
Attenzione: ai cardiologi piace aggiornare le loro **linee guida** abbastanza spesso 😊.



Gastroenterologia e Chirurgia generale

Abbiamo fra i primi gli argomenti “più chirurgici” (**proctologia**, **tumore della mammella** e del **colon-retto**, **traumatologia** e **chirurgia d'urgenza**), seguiti da argomenti “più gastroenterologici” (malattie **infiammatorie croniche intestinali**, **gastriti** e **ulcere** gastriche, **epatologia**).

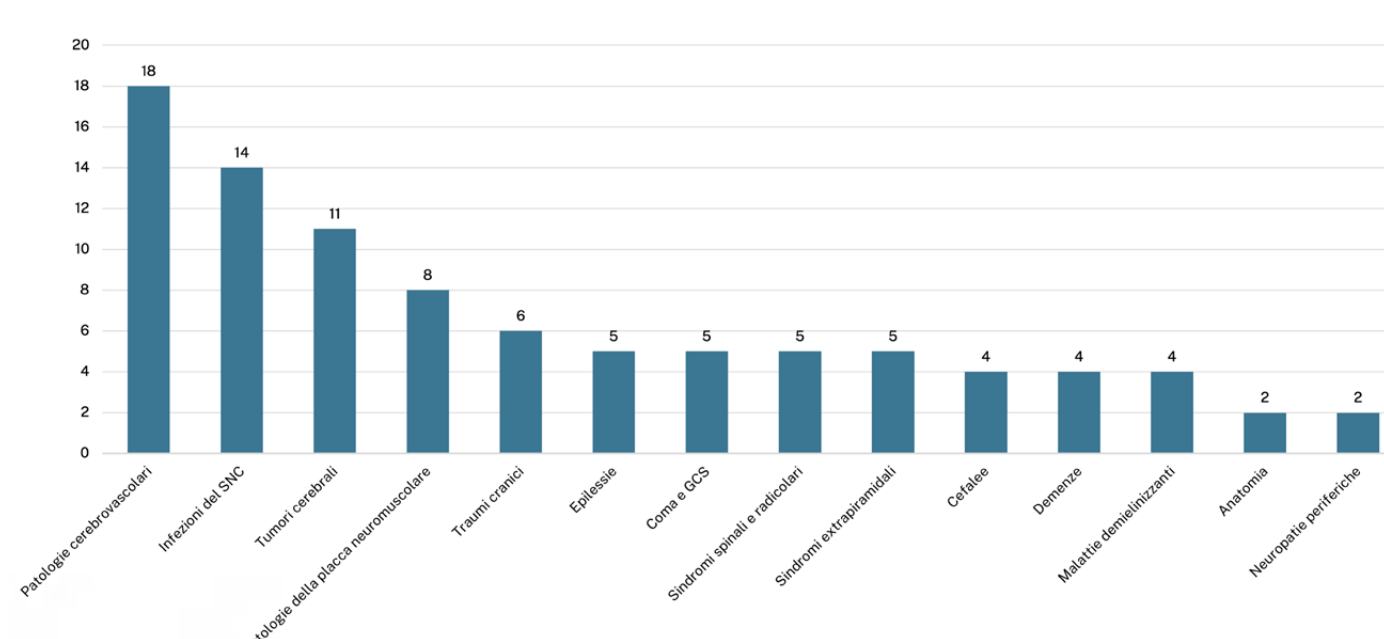
PS: Abbiamo deciso di inserire le neoplasie sia nelle materie relative agli organi corrispondenti che in una categoria a parte



Neurologia e Neurochirurgia

Qui hanno grande spazio le **patologie cerebrovascolari** (emorragie cerebrali, ictus, TIA, ecc.), seguite dalle **infezioni del SNC** (soprattutto le meningiti), dai tumori cerebrali primitivi e dalle patologie della placca neuromuscolare (miastenia in primis).

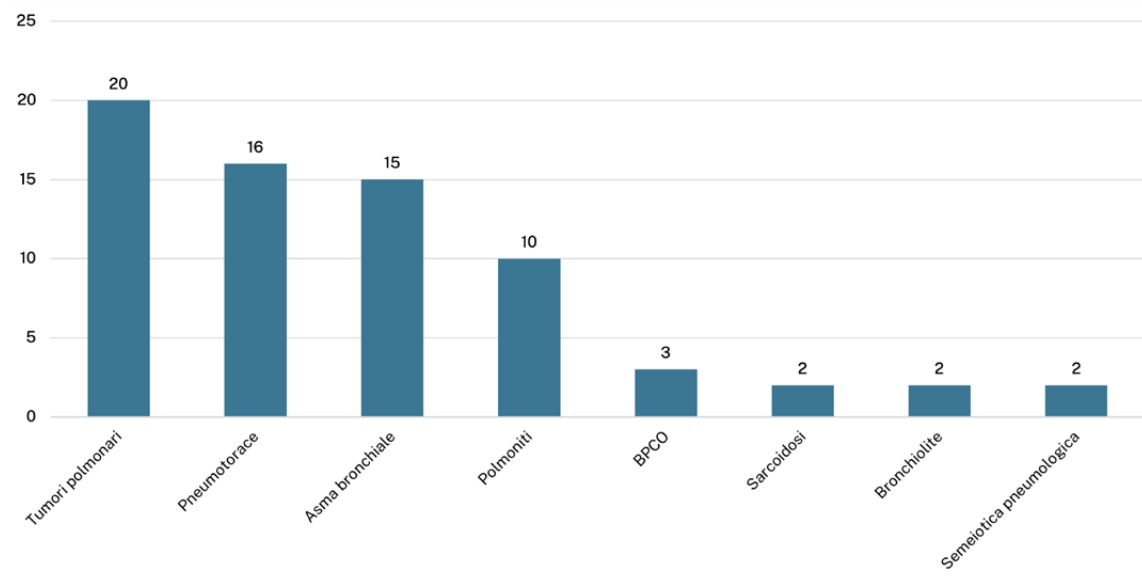
Attenzione a ripassare bene i **segni patognomici** (come i segni meningei)!



Pneumologia e Chirurgia toracica

Molte domande vertono sui **tumori polmonari**, lo **pneumotorace**, l'**asma bronchiale** e le **polmoniti**. Diversamente da quello che potresti pensare, la BPCO compare più raramente.

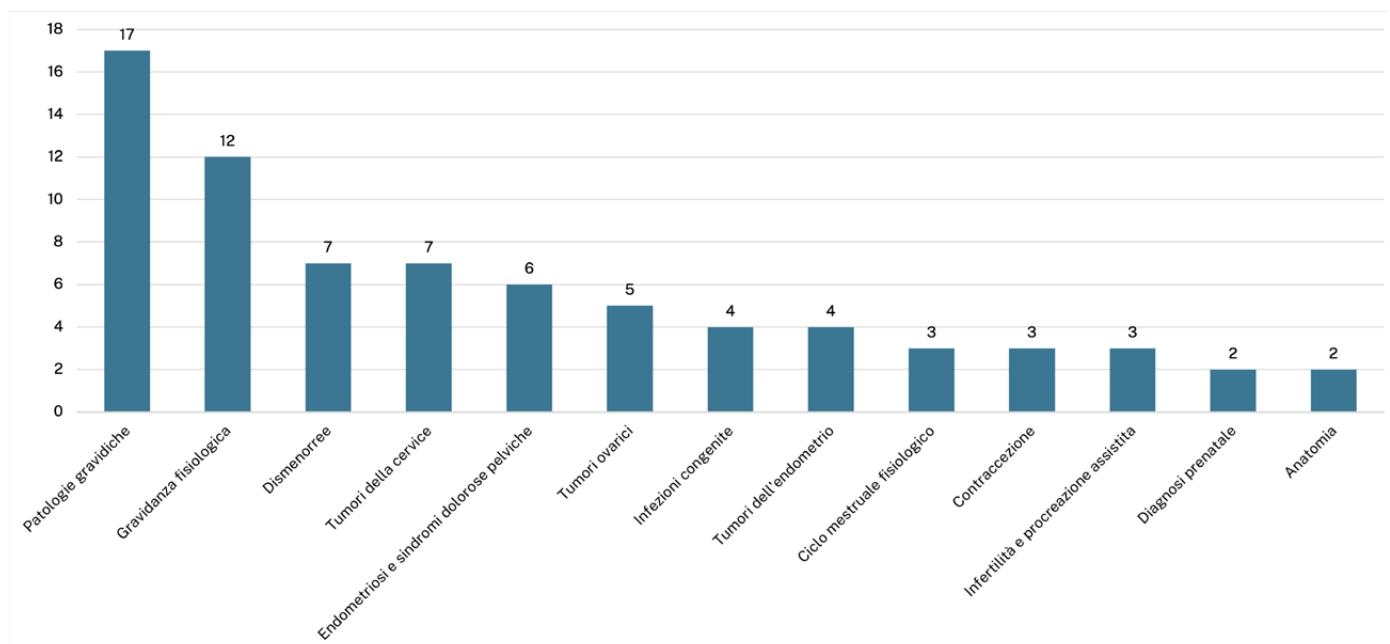
Fai comunque attenzione alle **linee guida** per l'asma e la BPCO.



Ginecologia e Ostetricia

Un settore specialistico, ma molto presente all'interno del concorso. Gli argomenti più importanti, però, sono tutti di Ostetricia, in quanto ruotano attorno alla **gravidanza fisiologica** e alle **patologie gravidiche**, come la preeclampsia. Attenzione anche alle dismenorree e all'endometriosi.

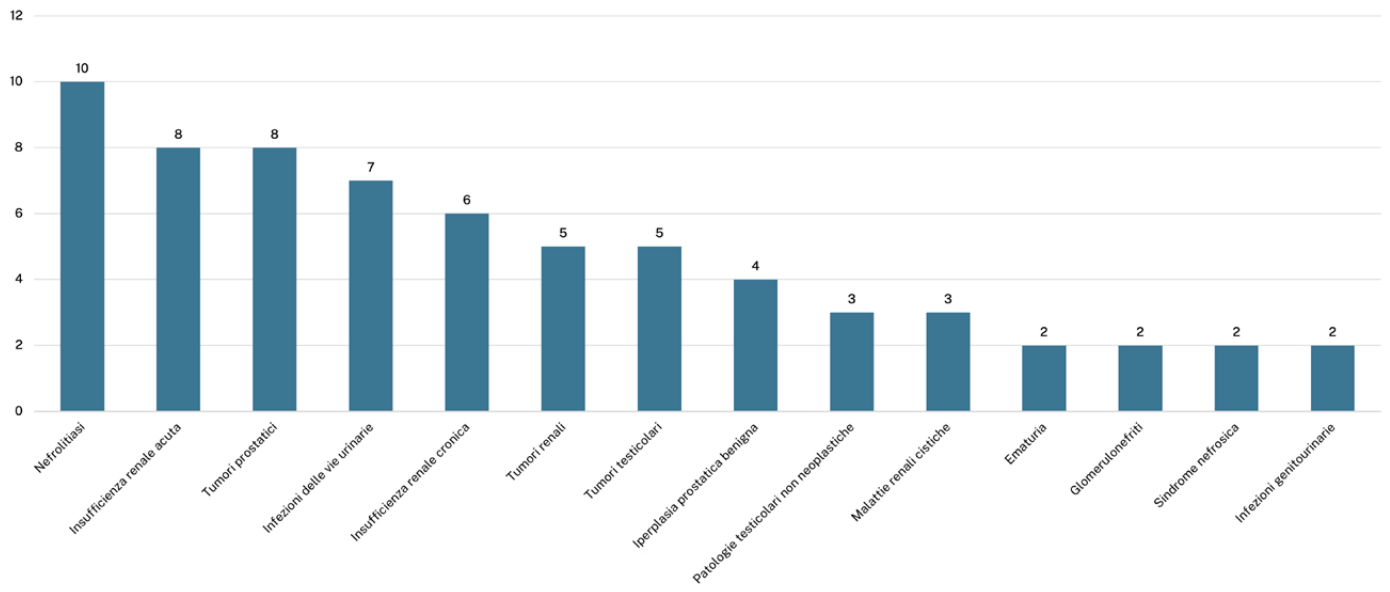
Per la parte di Ginecologia oncologica, le domande più frequenti vertono sul **tumore della cervice**.



Urologia e Nefrologia

Qui prevale la **calcolosi renale**, seguita dalle **insufficienze renali** (acuta e cronica) e dalla parte **oncologica** (tumori prostatici, renali e testicolari), con qualche accenno alle infezioni delle vie urinarie.

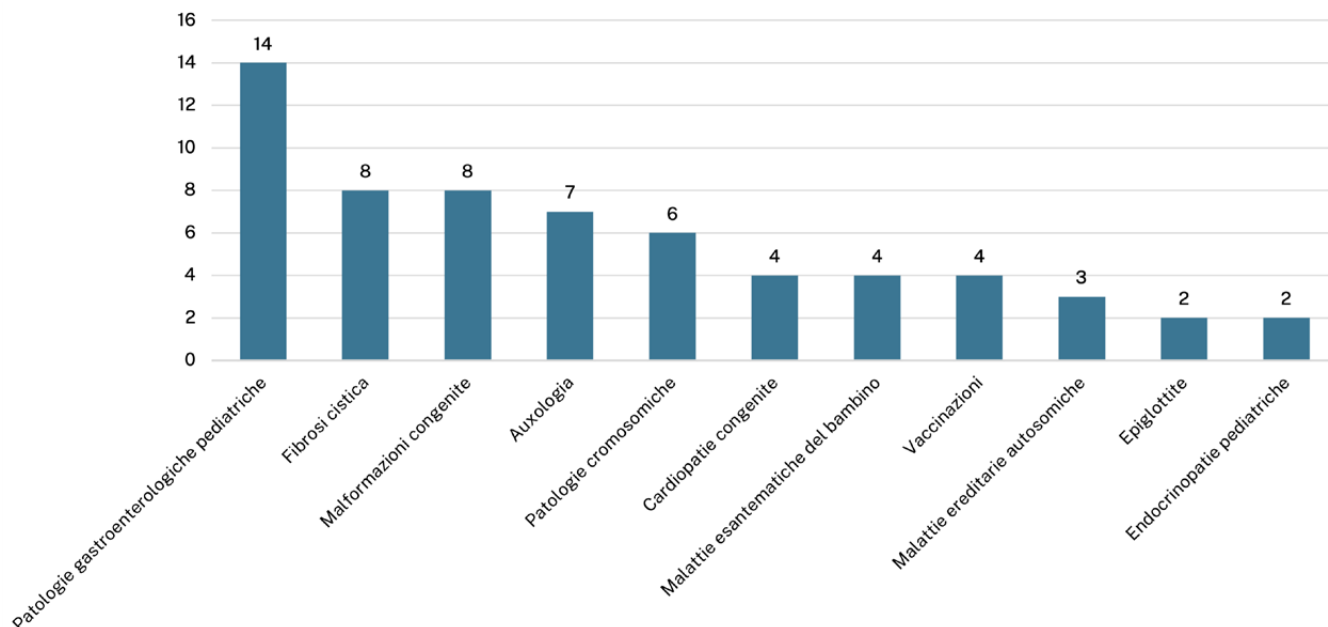
Le **glomerulonefriti**, per fortuna, sono uscite raramente, almeno finora 😊.



Pediatria e Genetica

In pediatria trova ampio spazio la **gastroenterologia pediatrica**, seguita dalla **fibrosi cistica**, dalle **malformazioni congenite** (soprattutto craniofacciali e delle estremità) e dalle domande sullo **sviluppo fisiologico** del bambino (auxologia).

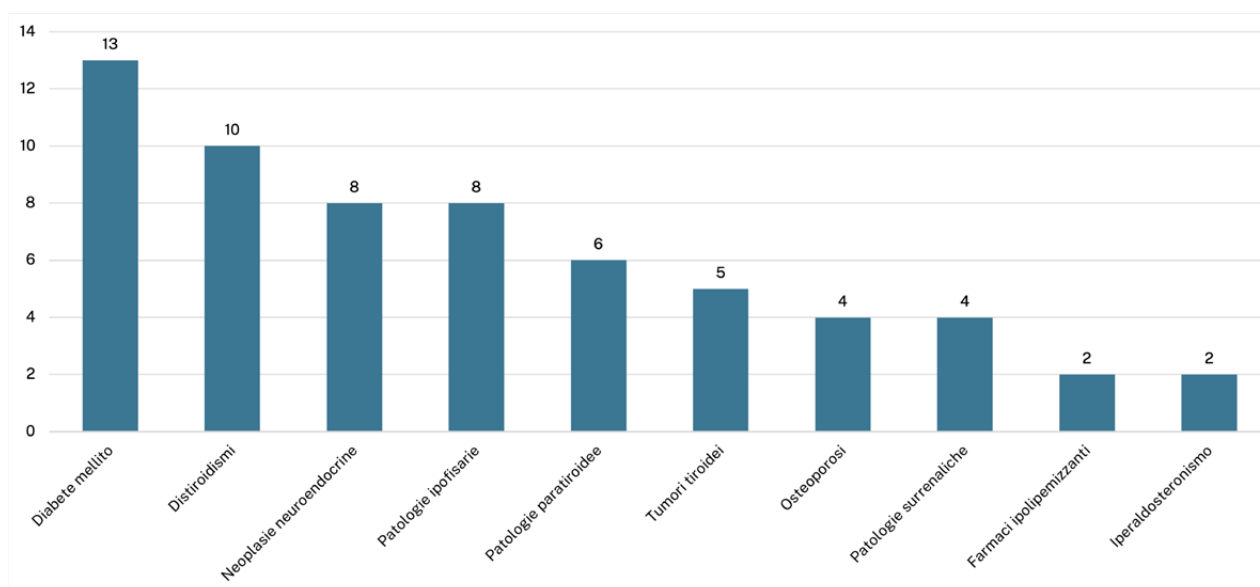
Attenzione a **vaccinazioni** e **malattie esantematiche** del bambino. Il **calendario vaccinale** cambia di frequente (fate in modo di studiare quello più aggiornato), mentre è facile confondere una malattia esantematica con un'altra.



Endocrinologia

Gli argomenti "più gettonati" di Endo sono **distiroidismi** e **diabete mellito**, che durante il corso di studi si studiano e si ripassano abbastanza di frequente.

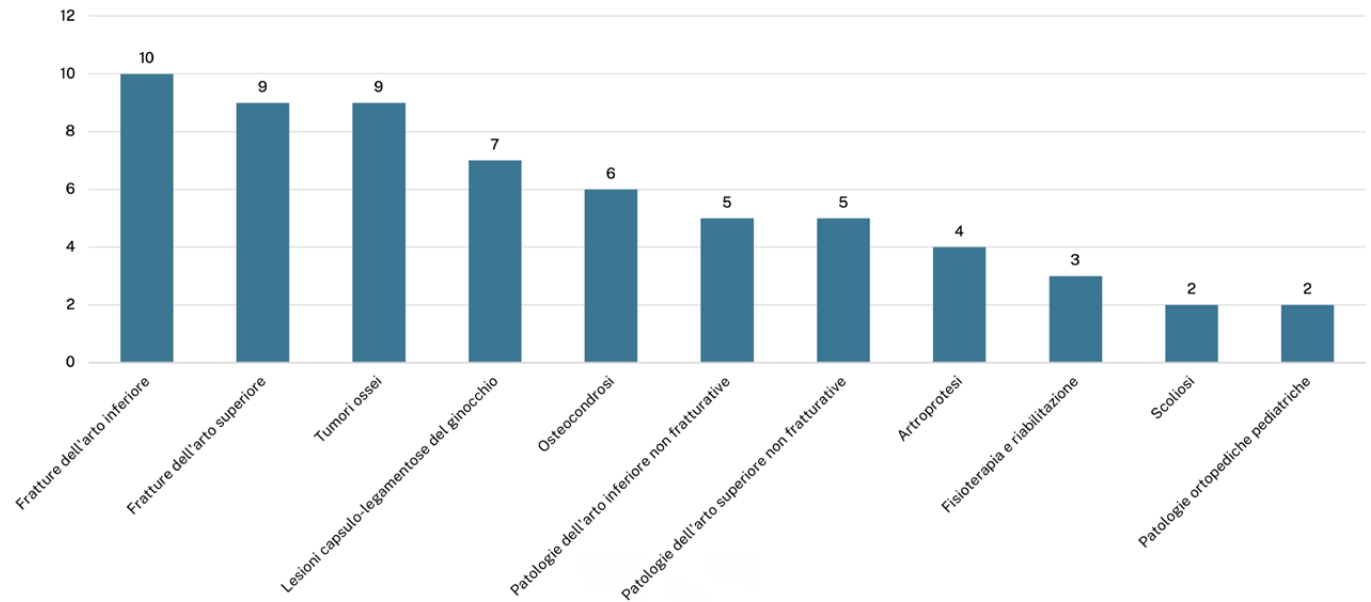
Altri argomenti importanti da ripassare sono le **neoplasie endocrine multiple** e l'**osteoporosi** (argomento di Endocrinologia, e non di Ortopedia). Non dimenticate anche di ripassare le patologie ipofisarie (soprattutto iperprolattinemie e neoplasie ipofisarie) e paratiroidi (ipo- e iperparatiroidismo).



Ortopedia e Medicina dello sport

Ortopedia è una delle materie specialistiche più importanti. Dovrai ripassare soprattutto i **tumori ossei primitivi**, le **fratture**, sia dell'arto superiore che dell'arto inferiore (attenzione ai movimenti dei monconi di frattura) e le **lesioni capsulo-legamentose del ginocchio** (senza dimenticare i vari test diagnostici). Una menzione anche per le osteocondrosi e le altre patologie non fratturative.

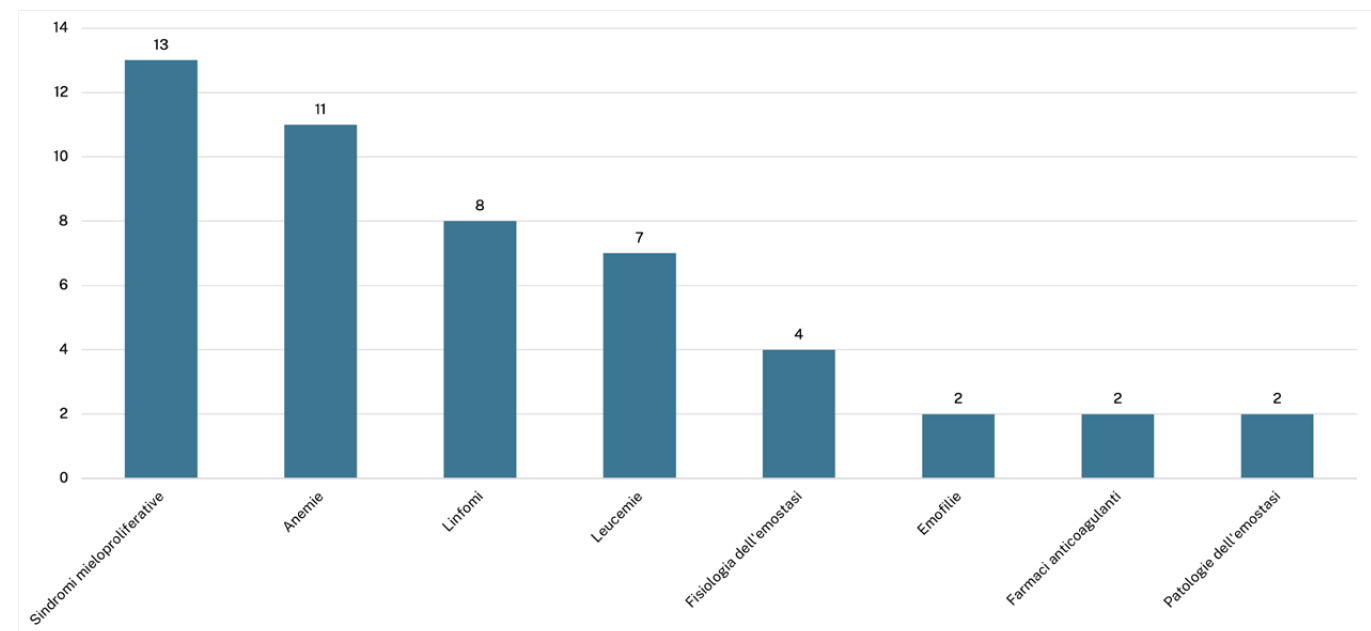
Ripassare un po' di **anatomia** dell'apparato osteoarticolare può aiutarti a non confonderti 😊.



Ematologia

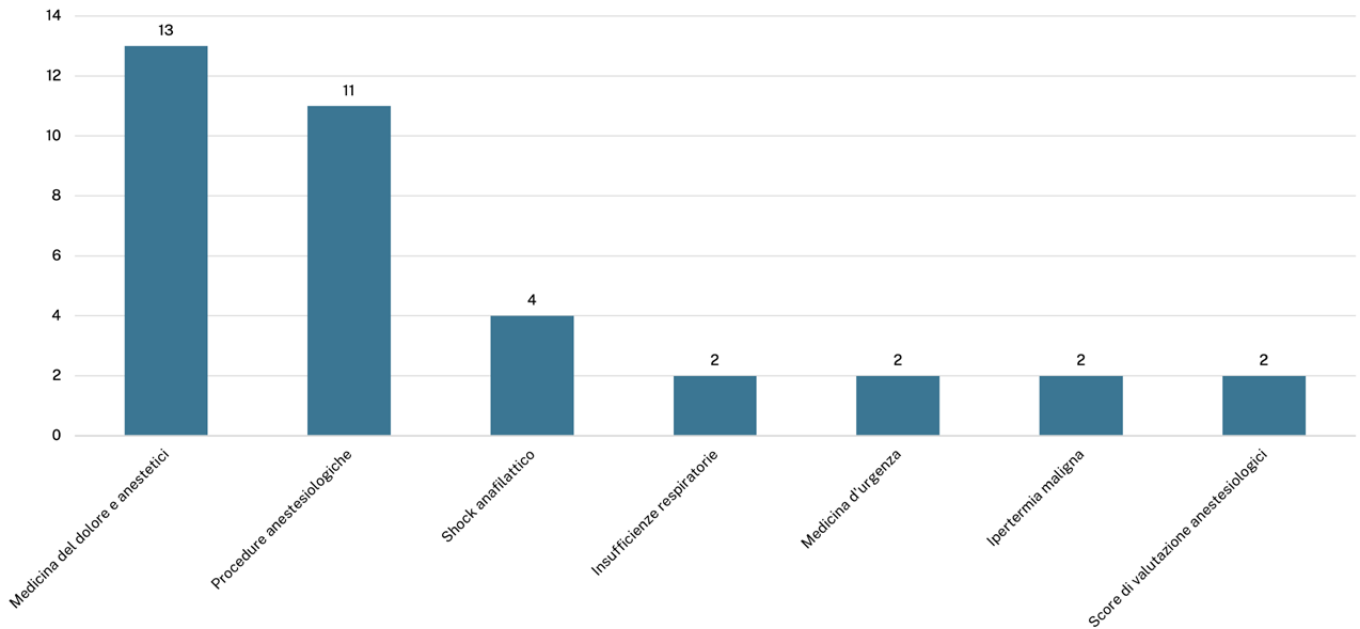
Gli argomenti più importanti sono le **anemie**, seguite da **sindromi mieloproliferative**, **leucemie** e **linfomi**, per la gioia di pochi e la disperazione di molti che sbattono la testa davanti ai vari CD20+, CD118+ e via dicendo 🤔.

Ripassa anche la **fisiologia dell'emostasi**, sia per ricordare meglio le emofilie, sia perché a volte può essere oggetto di domanda.



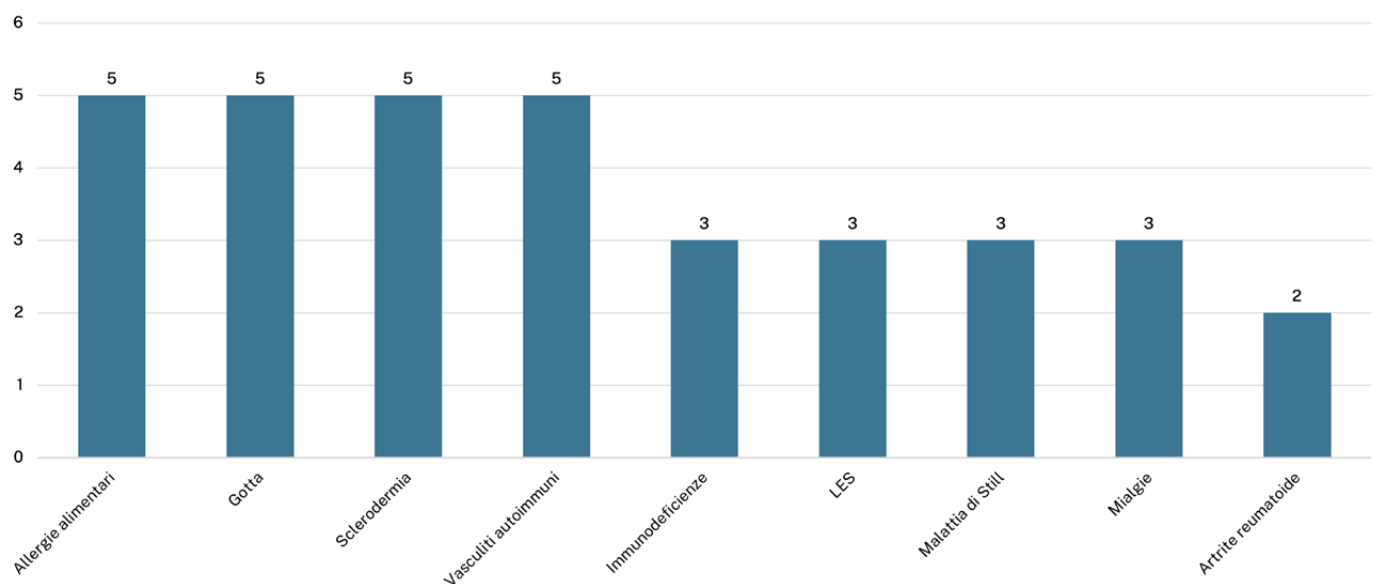
Anestesia, rianimazione e medicina del dolore

Questa è una materia “in ascesa”, che ha trovato spazio negli ultimi concorsi. Gli argomenti ricorrenti sono la **medicina del dolore**, gli **anestetici** (principalmente oppiacei e anestetici locali) e le **procedure** anestesiológicas (intubazione, incannulamento, ventilazione, tracheostomia, ecc.).



Immunologia clinica e reumatologia

In questo caso la maggior parte delle domande vertono sulle **vasculiti** e le **malattie autoimmuni**, soprattutto **sclerodermia** e **LES**. Per l'allergologia, concentratevi soprattutto sulle allergie alimentari.



Le altre materie

Infine, ecco quali argomenti ripassare delle **materie su cui negli ultimi anni sono uscite poche domande**. Riguardali in un secondo momento, dopo aver ripassato per bene quelli più importanti.

Abbiamo classificato come domande di **Oncologia** esclusivamente i quesiti relativi alla **terapia oncologica** (protocolli chemioterapici, chemioterapia neoadiuvante ecc.), e abbiamo distribuito quelli su trattamenti chirurgici o casi clinici oncologici fra le materie “di apparato” (ad esempio, i casi clinici sul tumore del polmone li abbiamo categorizzati in Pneumologia e in Chirurgia toracica). Così come abbiamo inserito nell’insieme delle **malattie infettive** le infezioni generali (come la malaria o la sepsi).

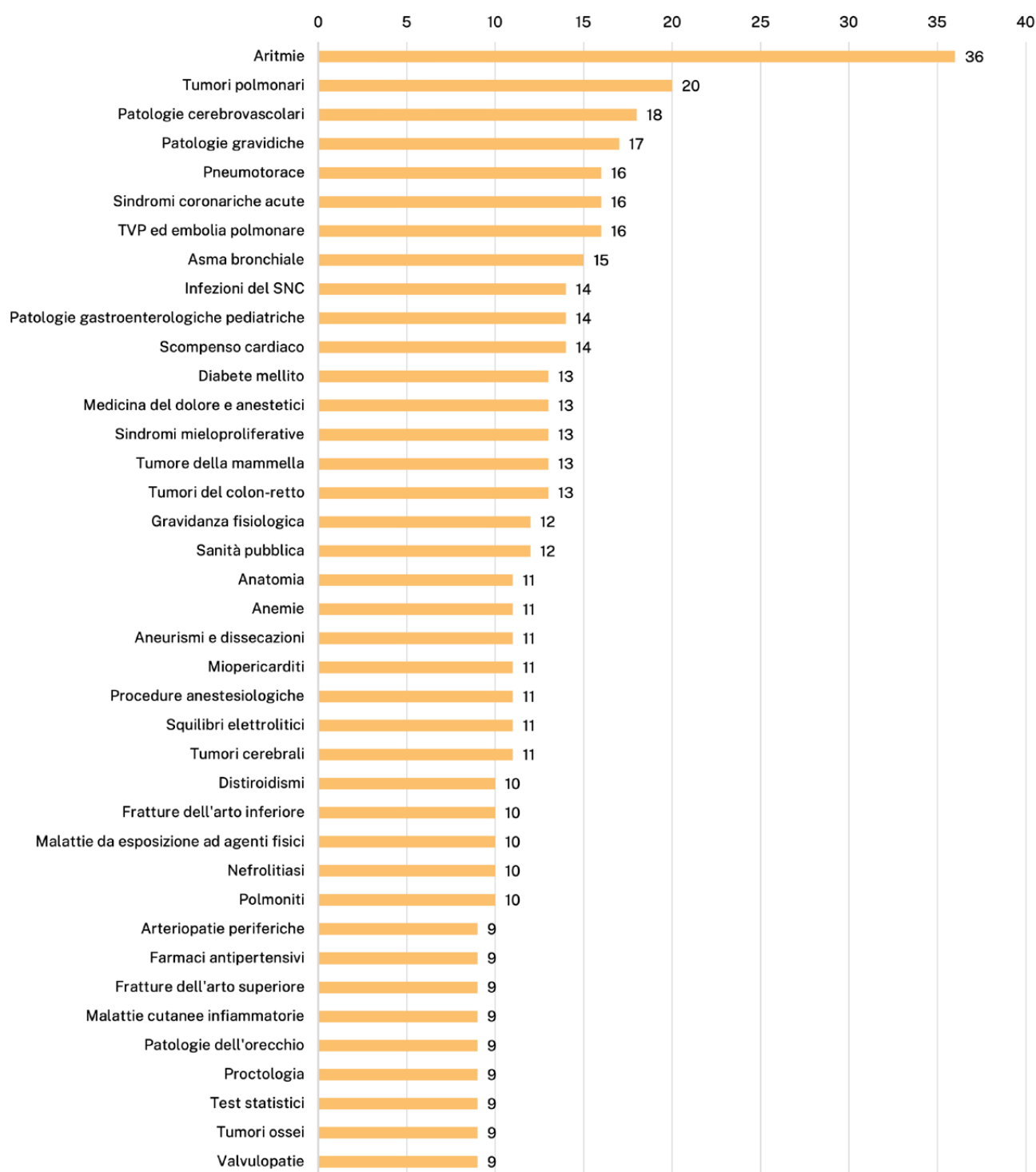
Materia e argomenti	Domande	Materia e argomenti	Domande
Dermatologia e venereologia		Oncologia	
Malattie cutanee infiammatorie	7	I tumori da ripassare per primi, come visto nelle altre materie, sono le neoplasie polmonari, mammarie, coloretali, cerebrali, ossee e prostatiche. Ripassiamo anche la farmacologia, ogni tanto esce qualche domanda abbastanza specifica.	
Malattie sessualmente trasmissibili	7		
Malattie bollose	5		
Igiene, epidemiologia e salute pubblica		Oftalmologia	
Sanità pubblica	11	Cataratta	5
Test statistici	7	Glaucoma	5
Studi clinici	5	Patologie retiniche	5
Test di screening	3	Vizi di rifrazione	3
Medicina interna e geriatria		Diagnostica per immagini	
Squilibri elettrolitici	10	TC	8
Test di valutazione geriatrici	4	RM	2
Medicina del lavoro		Otorinolaringoiatria	
Malattie da esposizione ad agenti fisici	9	Patologie del naso e dei seni paranasali	6
Malattie da esposizione ad agenti chimici	5	Patologie dell’orecchio	6
Infortuni sul lavoro	2	Tumori del cavo orale	3
Pneumopatie professionali	2	Cisti mediane del collo	2
Medicina legale		Psichiatria	
Tanatologia	5	Schizofrenia	5
Referto/denuncia	5	Sindromi depressive	4
Legislazione	3	Disturbo bipolare	2
Malattie infettive e tropicali		Nutrizione clinica	
Sepsi e shock settico	7	Obesità	2
Parassitosi	6	Nutrizione artificiale	2
Malattie tropicali	5	Deficit vitaminici	2
Tubercolosi	4		

Analisi per argomento

Per darti anche un'altra visione, abbiamo stilato una lista non categorizzata degli **argomenti con il maggior numero di domande**.

In grafica vedi gli **argomenti sui quali sono uscite più di 9 domande** negli ultimi anni (ovvero, più di una domanda l'anno) che, a nostro avviso, hanno più probabilità di essere riproposti: le **aritmie** su tutti, seguite dai **tumori polmonari**, dalle **malformazioni congenite** e dalle **patologie gravidiche** che hanno fatto salire la Ginecologia nella top 10 delle materie del concorso. Seguono le **patologie cerebrovascolari**, **PNX**, **infarto** ed **embolia polmonare**.

Tutti gli altri argomenti sono usciti meno di una volta l'anno.



Dalla teoria alla pratica

Il tipo di lavoro che devi ora fare per ripassare la teoria che ti serve per il concorso dipende dalla **qualità dei tuoi 6 anni di Medicina**.

Il ripasso della teoria

Hai studiato bene tutte le materie (in particolare quelle cliniche), hai appunti, schemi, libri e sbobinate che conosci come le tue tasche?

Parti pure da qui, ma fai attenzione ad **aggiornare il tuo materiale**: vai a guardare, per esempio le **ultime linee guida**, soprattutto delle materie ad alto impatto epidemiologico come il **diabete**, l'**ipertensione** o l'**asma bronchiale**. La maggior parte le trovi gratuitamente su internet, anche se spesso non sono tradotte in italiano.

Se preferisci **ripassare su un unico testo** che sintetizzi – per quanto possibile – lo scibile medico e ti aiuti eventualmente anche nel recupero di qualche lacuna, puoi affidarti al nostro manuale di preparazione.

Alpha Test SSM - Manuale di preparazione



Vediamo adesso come procedere per accompagnare lo studio teorico con la giusta dose di **pratica** e quali **tipi e tecniche di esercitazione** ti conviene adottare via via.

Step 1: riscaldamento

Man mano che lo studio teorico procede, devi **introdurre anche qualche “prova su strada”**. Si tratta, in fondo, di replicare quello che molto probabilmente hai già fatto per il test di ammissione a Medicina.

Il primo passo è attingere alla fonte: utilizza le **prove ufficiali degli anni scorsi** e mettiti alla prova con quelle.

Alpha Test SSM - Le prove ufficiali 2018-2025 risolte e commentate



Puoi inoltre confrontarti con altri colleghi sul **ragionamento clinico** più corretto per la risoluzione dei quesiti, senza dimenticare di segnare le domande che sbagli, per un ripasso mirato in un secondo momento.

Qui sotto trovi alcuni video in cui **commentiamo qualche domanda** dei concorsi degli anni passati.

Domande SSM 2021 commentate (playlist)



Domande SSM 2020 commentate (playlist)



Step 2: come si risolvono gli esercizi

Qual è l'approccio da utilizzare nella risoluzione dei quiz? Bisogna tradurre la propria conoscenza teorica in ragionamento clinico, ma anche **mettersi nei panni di chi ha scritto le domande**, cercando di trovare indizi sulla risoluzione del quesito e di evitare i **tranelli** inseriti per aumentare il livello di difficoltà.

La ricerca degli “indizi”

Molti dei casi clinici presentati all'esame contengono **chiari indizi** sulla diagnosi corretta (o “più probabile”). Vediamo come esempio questa domanda, tratta dal concorso 2022.

Domanda 51: (codice domanda: ssm2022191)

Un uomo di 40 anni effettua una valutazione neurologica su indicazione del Medico curante dal momento che, da alcuni mesi, ha iniziato a lamentare incertezza nella deambulazione (tende a sbattere spesso contro mobili o contro gli stipiti delle porte) associata a calo della libido e disfunzione erettile. All'esame obiettivo viene riscontrata ginecomastia, oltre ad un deficit campimetrico compatibile con emianopsia bitemporale.

Quale tra le seguenti ipotesi appare più verosimile?

- ☒ A: Prolattinoma ipofisario
- ☐ B: Sclerosi multipla
- ☐ C: Sclerosi Laterale Amiotrofica
- ☐ D: Neuropatia ottica di Leber
- ☐ E: Retinite pigmentosa

Vista così, la domanda potrebbe mandarti in confusione, facendoti inizialmente pensare a un problema oftalmologico. Però se riesci a mettere in risalto alcune parole-chiave, ecco che la soluzione ti balena davanti agli occhi.

Domanda 51: (codice domanda: ssm2022191)

Un uomo di 40 anni effettua una valutazione neurologica su indicazione del Medico curante dal momento che, da alcuni mesi, ha iniziato a lamentare incertezza nella deambulazione (tende a sbattere spesso contro mobili o contro gli stipiti delle porte) associata a **calo della libido e disfunzione erettile**. All'esame obiettivo viene riscontrata **ginecomastia**, oltre ad un deficit campimetrico compatibile con emianopsia bitemporale.

Quale tra le seguenti ipotesi appare più verosimile?

- ☒ A: Prolattinoma ipofisario
- ☐ B: Sclerosi multipla
- ☐ C: Sclerosi Laterale Amiotrofica
- ☐ D: Neuropatia ottica di Leber
- ☐ E: Retinite pigmentosa

Associando l'emianopsia bitemporale (difetto del campo visivo tipico dei macroadenomi ipofisari) ad alcuni problemi ormonali dovuti all'iperproduzione di prolattina (calo della libido e disfunzione erettile), dobbiamo pensare a un adenoma ipofisario secernente, in particolare a un prolattinoma.

I casi clinici, quindi, sono costellati di **parole-chiave** che dovrai abituarti a scovare allenando l'occhio e la mente. Spesso queste parole-chiave sono legate ad **aspetti clinici o strumentali patognomonic** di una certa patologia, aspetti che quindi dovresti ripassare.

Per aiutarti nel ripasso abbiamo preparato qualche video.

Compilation: segni patognomonic



Le tecniche di risoluzione

Scovare gli indizi, però, spesso non basta: devi anche saper **riconoscere eventuali tranelli** nascosti all'interno delle domande e **imparare a usare alcuni accorgimenti** che velocizzino la risoluzione, quando sei alle prese con una simulazione o con il concorso vero e proprio.

Tra l'altro, molti di questi sono gli stessi che si usano nel test di ingresso a Medicina: si tratta pur sempre di quiz a risposta multipla!

Ecco una decina di **ragionamenti rapidi** che puoi usare.

1. **L'esclusione:** se non sei sicuro di una risposta, elimina prima le alternative palesemente errate, in modo da aumentare la probabilità di individuare la risposta esatta.
2. **La ricerca delle similitudini:** se sono presenti due alternative di risposta molto simili (in cui cambiano poche parole) con significati affini ma non identici, fai attenzione perché spesso la risposta corretta è una delle due.
3. **L'eliminazione dei dopponi:** se sono presenti due risposte scritte in modo diverso, ma con lo stesso valore o significato, sono sicuramente entrambe false perché la risposta corretta è una sola.
4. **L'eliminazione degli opposti:** se sono presenti due risposte con significati opposti, almeno una delle due dovrà essere sbagliata. Spesso l'alternativa che rimane è quella giusta!
5. **L'eliminazione per categoria:** se sono presenti risposte appartenenti ad aree tematiche o semantiche diverse (ad esempio due farmaci di una classe e altri due farmaci di una classe diversa), puoi eliminare in un sol colpo tutte le risposte appartenenti alla stessa area.
6. **Attenzione alle negazioni:** se la domanda è posta in modo «negativo» (es. elencare l'alternativa errata tra quelle proposte), fermati a riflettere più di quanto faresti con le altre domande. Il nostro cervello, infatti, non è abituato a pensare per via negativa: rispondendo in fretta potresti confonderti.
7. **Attenzione agli assoluti:** se tra le alternative è presente una risposta contenente un assoluto (parole come «tutto», «qualsiasi», «nessuno»), fai attenzione. In Medicina quasi nulla è assoluto, quell'alternativa potrebbe essere sbagliata.
8. **Attenzione agli estremi:** se tra le alternative sono presenti più numeri (ad esempio più valori laboratoristici) e uno o più di questi sono molto più alti o più bassi degli altri, magari anche fuori scala, questi sono probabilmente sbagliati.
9. **Attenzione ai “falsi amici”:** può succedere di leggere fra le alternative una risposta che potrebbe suonare giusta, ma contenere invece una parola solo foneticamente simile alla risposta corretta, ma di diverso significato.
10. **Il “jolly”:** se c'è un'alternativa che include o esclude tutte le precedenti (chiamata «risposta jolly»), fermati a riflettere. Dopo aver escluso almeno una delle altre alternative, potrebbe essere la risposta esatta.

In questo video ti spieghiamo come riconoscere questi tranelli e aggirarli.

Tecniche di risoluzione dei quiz a risposta multipla



Se vuoi mettere in pratica queste tecniche e avere un commento alle domande, puoi studiare sul nostro Eserciziario commentato:

Alpha Test SSM - Esercizi commentati





Step 3: le simulazioni

Quando hai preso confidenza con i test degli anni scorsi e con gli esercizi commentati, hai chiare le tecniche di risoluzione e gli indizi da trovare, non resta che metterti alla prova sul serio con le simulazioni. Sono batterie di 140 domande da risolvere in 210 minuti, simulando un test ufficiale. Perché ti siano utili, **mettiti nelle condizioni più simili possibile a quelle in cui ti troverai** il giorno del test.

Quindi:

- > niente cellulare,
- > niente tastiera,
- > niente libri o suggerimenti,
- > una parete spoglia davanti per evitare distrazioni.

Rimani sulla sedia per **tre ore e mezza**. Al massimo, tieni con te una merendina e una bottiglietta d'acqua, niente di più.

È un allenamento marziale, ma ti assicuriamo che funziona 💪.

Come affrontare il concorso SSM (video)



L'aiuto di un corso di preparazione

Il test SSM si colloca per te in un **periodo affollato di tanti impegni** diversi, universitari o lavorativi.

Se vuoi **semplificarti la vita il più possibile** e **prepararti bene** all'esame, puoi scegliere uno dei **nostri corsi**. Tra quelli disponibili, ce n'è senz'altro uno che incontra meglio le tue esigenze e la tua disponibilità di tempo e risorse.

Scopri i corsi Alpha Test SSM e tutte le promo



Scegliere la Scuola che fa per te

La tua scelta della tua Scuola di specializzazione ideale riflette il tuo percorso di studi, le tue attitudini professionali, il tuo carattere e le tue aspettative. È altrettanto importante che tu abbia frequentato almeno un paio di reparti durante gli ultimi anni di università, per avere un'idea concreta di quello che si fa realmente in quel determinato ambiente.

Tuttavia, visto che i reparti dove puoi avere l'opportunità di lavorare sono comunque molto pochi, ti consigliamo di metterti in contatto con qualche specializzando ex-studente, cercandolo anche online, nei gruppi Facebook o Telegram, e di farti raccontare la sua esperienza ☺.

Qui puoi trovare un sondaggio che stiamo facendo circolare da qualche anno e che alcune centinaia di tuoi colleghi hanno già compilato.

Il sondaggio “racconta la tua Scuola”



Se queste recensioni ti sembrano troppo dispersive, se vuoi avere un “colpo d'occhio” su più scuole, trovi apposite “card” dedicate ciascuna a una Scuola sul **canale instagram** di Alpha Test SSM.

Il canale Instagram alphatest.ssm



Per un aiuto in più, abbiamo analizzato le scuole più richieste in alcuni **articoli di approfondimento**.

Articoli sulle specializzazioni



A caccia di informazioni

Per avere idea di quanto una certa scuola o sede sia effettivamente interessante per te, puoi valutare alcune sue caratteristiche privilegiando poi quelle che sono per te più rilevanti.

La didattica

Cosa si può veramente imparare in quella Scuola? Sono previste lezioni in aula? Sono interessanti o il docente titolare si limita a leggere noiose slide con scritte rosse su sfondo blu?

Gli strutturati seguono passo passo gli studenti specializzandi in reparto e in ambulatorio o si dileguano dopo il giro visite?

La pratica e l'autonomia dello specializzando

Nella Scuola che stai considerando ti risulta che gli specializzandi possano effettivamente mettere in pratica quanto apprendono? Sono via via responsabilizzati dal primo al quarto-quinto anno o si trovano a svolgere solo compiti burocratici? Entrano in sala operatoria, in ambulatorio, in laboratorio? Acquiscono gradualmente autonomia decisionale?

L'ambiente lavorativo

Qui si parla di quantità e qualità di lavoro. Si eccedono le 36 ore settimanali? Se sì, di quanto? Si fanno guardie o reperibilità? Si lavora anche il weekend?

Rimane spazio per la vita privata e gli svaghi? E quando si sta in ospedale, si lavora bene o ci sono contrasti che rendono l'ambiente poco piacevole?

Le rotazioni e le reti formative

All'interno dell'ospedale principale si ruota fra ambulatori, reparti, DH, pronto soccorso, sala operatoria? Si frequentano altri ospedali in rete formativa? È possibile frequentare fuori rete formativa o fare un periodo all'estero?

La ricerca

Lavorando nella Scuola che stai prendendo in esame, ti risulta che rimanga spazio per rafforzare il tuo curriculum scientifico? Ci sono progetti di ricerca ai quali possono partecipare anche i medici in formazione? Si ha la possibilità di scrivere articoli, di pubblicare e possibilmente avere il proprio nome indicato sul lavoro? Si può partecipare a congressi e corsi di aggiornamento?

Ti consigliamo di utilizzare questo "schema" per sapere quali informazioni chiedere ai tuoi contatti. Buona caccia!

Puoi trovare una spiegazione dettagliata in questo video



Leggi l'approfondimento in questo articolo



Le community per restare aggiornati

I canali social sono il modo più immediato per ricevere informazioni e aggiornamenti su tutte le novità più importanti. Eccoti la raccolta delle principali **risorse online** che abbiamo realizzato.

Tutti i link utili



3 motivi per scegliere un corso Alpha Test

Diamo valore al tuo tempo

Ti garantiamo un calendario dei lavori ottimizzato ed **evitiamo ore di lezione inutili**, tanto per fare numero. La **qualità HD** dei nostri video e le slide chiare e incisive contribuiscono a un'esperienza di studio **efficace** che **riduce i tempi** di apprendimento.



Conosciamo le tue esigenze

Tutti i nostri corsi online sono **compatibili con le sessioni di laurea** previste durante l'anno accademico e con gli altri tuoi impegni.



Diamo spazio alla pratica

Durante il corso ti mettiamo costantemente alla prova: con **esercitazioni** mirate, dedicate alle singole materie, e nelle *live* con i docenti sui **casi clinici** previsti dal programma del corso. E poi ci sono le **simulazioni**: il nostro simulatore adotta la stessa interfaccia che troverai all'esame, con linee-guida e stesso grado di difficoltà dei quesiti ufficiali.



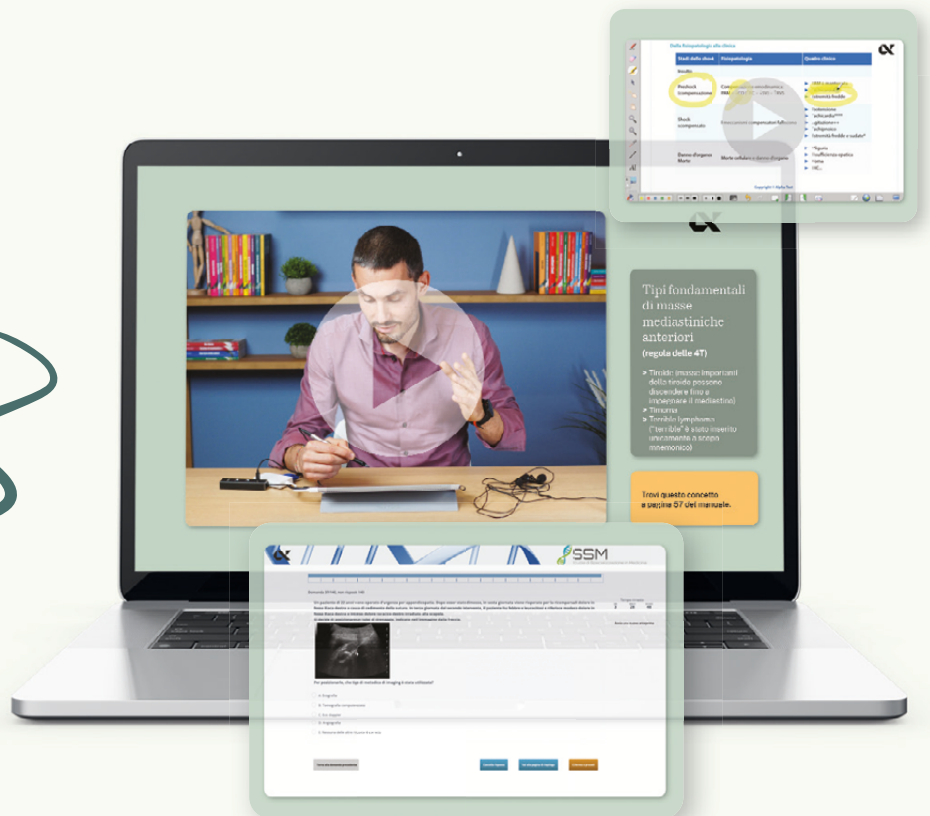
SSM | MMG | Percorsi completi | Sprint intensivi

Scegli il corso che fa per te



Prova gratuitamente la nostra formula didattica!

- > **5 videolezioni** on demand sugli argomenti più richiesti dal test
- > **1 simulazione** interattiva del test ufficiale



**Completa la tua preparazione,
scopri tutti i corsi su [alphatest.it](https://www.alphatest.it)**