

## Descrizione

Il cuoco e la cuoca in dietetica preparano menu equilibrati e variati, per preservare e promuovere la salute e il benessere dei clienti tramite una nutrizione equilibrata e corrispondente alle loro esigenze. Sono in grado di combinare tecnica, tecnologia ed arte culinaria grazie a conoscenze specialistiche sugli alimenti e sulla nutrizione. Lavorano nella ristorazione di ospedali, cliniche, centri sportivi e altre istituzioni per persone che necessitano di assistenza.

Le loro principali attività possono essere così descritte:

### Preparazione

- pianificare e organizzare l'offerta di cibi e menu dietetici per una vasta gamma di terapie nutrizionali (diabete, disturbi alimentari, malattie dell'apparato cardiocircolatorio, allergie alimentari, ecc.);
- preparare diete speciali per pazienti in fase pre-operatoria o post-operatoria, su richiesta dei dietisti e del personale medico;
- calcolare e adattare le ricette in base alle prescrizioni mediche e alle tabelle dei valori nutritivi;
- utilizzare tecniche di cottura e preparazione delle pietanze appropriate ed economiche;
- preparare o supervisionare la preparazione degli alimenti da cucinare: sbucciare le verdure, lavare, tagliare la carne, determinare la quantità dei vari ingredienti, ecc.;
- guarnire con cura i piatti o le pietanze; passarli al personale di servizio;

### Organizzazione e gestione

- calcolare la merce, le prestazioni lavorative e i costi necessari per la realizzazione di pietanze dietetiche;
- calcolare e valutare la redditività e la produttività della realizzazione di pietanze dietetiche;
- mantenersi informati sulla dietetica, sulle conoscenze scientifiche attuali nel campo della nutrizione; occuparsi di informare anche gli altri colleghi della struttura;
- incontrare i clienti con i loro parenti, consigliare in modo empatico e soddisfare i loro desideri con cortesia e affidabilità;

### Manutenzione e pulizia

- pulire accuratamente gli utensili e il piano di lavoro;
- garantire il rispetto dei requisiti di qualità e di igiene nella produzione di pietanze.

## Formazione

Durata: circa 1 anno, parallelamente all'attività lavorativa.

Nella Svizzera italiana i corsi sono organizzati da Hotel & Gastro formazione Ticino, in collaborazione con la Scuola specializzata superiore alberghiera e del turismo (SSSAT) di Bellinzona e alla Scuola professionale artigianale industriale (SPAI) del centro professionale tecnico di Trevano (CPT). Frequenza con blocchi da 2 a 5 giorni, da settembre ad aprile.

Luogo:

- corsi teorici a Bellinzona (SSSAT);
- corsi pratici a Lugano-Trevano (CPT).

Maggiori informazioni sulle formazioni:

[www.orientamento.ch/scuole](http://www.orientamento.ch/scuole)

Materie:

Modulo 1

- diete basate alle esigenze;
- nutrizione;
- piani nutrizionali per diverse diete;

Modulo 2:

- organizzazione aziendale;
- organizzazione di lavori nella cucina dietetica;
- rilevazione delle prestazioni ed economicità;
- comunicazione e collaborazione.

Al termine della formazione, superati gli esami federali finali, si ottiene l'attestato professionale federale (APF) di CUOCO IN DIETETICA o CUOCA IN DIETETICA

N.B. Per chi è in possesso dell'attestato federale di capacità (AFC) di cuoco o cuoca in dietetica (abrogato nel 2022) esiste la possibilità di frequentare un corso teorico di preparazione per la procedura di qualificazione agevolata. Maggiori informazioni: [www.gastroformazione.ch](http://www.gastroformazione.ch)

## Requisiti

Ammissione all'esame professionale federale

- attestato federale di capacità (AFC) di cuoco/a o qualifica equivalente;
- almeno due anni di esperienza professionale con un grado di occupazione del 100%;
- certificati di fine modulo o relative dichiarazioni di equivalenza.

## Attitudini richieste

Per esercitare questa professione sono richieste attitudini quali:

- Attitudine a lavorare in gruppo
- Abilità manuale
- Gusto e olfatto sviluppati
- Igiene e pulizia
- Rapidità di esecuzione
- Resistenza psichica

## Condizioni di lavoro

L'attività lavorativa dei cuochi e delle cuoche in dietetica può variare a seconda del luogo di lavoro. Negli ospedali lavorano prevalentemente in un team e insieme al consulente nutrizionale. Negli istituti per persone che necessitano di assistenza, nei centri sportivi d'élite e negli alberghi hanno maggiori contatti con la clientela. Questi professionisti lavorano al mattino, a mezzogiorno e alla sera. I turni possono avere orari irregolari e svolgersi durante i fine settimana.

## Perfezionamento

- esame professionale superiore (EPS) per ottenere il titolo di capo cucina, capo della ristorazione collettiva o di esercente albergatore/trice;
- scuola specializzata superiore (SSS) per conseguire il diploma di albergatore/trice-ristoratore/trice;
- scuola universitaria professionale (SUP) per conseguire il titolo di ingegnere/a in tecnologia alimentare.

Altre offerte di formazione continua su:

<http://www.orientamento.ch/perfezionamento>

## Professioni affini

- Addetto di cucina CFP/Addetta di cucina CFP
- Cuoco AFC/Cuoca AFC
- Dietista SUP/Dietista SUP
- Impiegato di ristorazione AFC/Impiegata di ristorazione AFC

## Indirizzi

CPT Centro professionale tecnico Lugano-Trevano  
SPAI Scuola professionale artigianale e industriale  
6952 Canobbio  
Telefono: 091 815 10 11  
<http://www.cpttrevano.ti.ch>

Hotel & Gastro Formazione Ticino  
Formazione professionale  
via Gemmo 11  
6900 Lugano  
Telefono: 091 942 48 72  
<http://www.gastroformazione.ch>  
<http://www.carrieraalberghiera.ch>

Scuola specializzata superiore alberghiera e del turismo SSSAT  
Viale Stefano Franscini 32  
6500 Bellinzona  
Telefono: 091 814 65 11  
<https://www.sssat.ti.ch>