

## Descrizione

Il cuoco e la cuoca in dietetica preparano menu dietetici equilibrati e variati, seguendo i regimi dietetici prescritti da medici o dietisti. Sono in grado di combinare tecniche culinarie, tecnologie ed arte culinaria grazie a conoscenze specialistiche sugli alimenti e una sana nutrizione.

Nella gastronomia ospedaliera, delle case di cura e nella ristorazione del settore alberghiero wellness è particolarmente richiesta una nutrizione adeguata ai bisogni degli ospiti, per garantire e sostenere la salute di diversi gruppi di persone e fasce d'età.

I cuochi in dietetica lavorano generalmente presso ospedali, cliniche, case per anziani, alberghi con centri wellness, case di cura, ecc., e sono integrati in una brigata di cucina.

Le loro principali attività possono essere così descritte:

- prendere conoscenza, unitamente al capocuoco, della scheda riassuntiva dei regimi, aggiornata dalla dietista, indicante il tipo e il numero di pasti da preparare l'indomani;
- stabilire col capocuoco, partendo dai menu della settimana, quelli corrispondenti ai regimi correnti (leggeri, senza sale, senza grassi, dimagranti, per i malati di stomaco, i diabetici, ecc.);
- utilizzare le tecniche di cottura che permettono agli alimenti di mantenere le loro proprietà;
- preparare con gli altri cuochi ogni sorta di vivanda: minestre, legumi, carni, pesci e dessert;
- disporre armoniosamente gli alimenti sul piatto;
- occuparsi della gestione dello stock delle provviste (gestione manuale o computerizzata);
- preparare, su richiesta della dietista, regimi speciali per pazienti in fase pre o post-operatoria, o in vista di speciali esami;
- sostituire occasionalmente la dietista nelle sue attività in cucina;
- partecipare alla formazione di apprendisti cuochi in dietetica.

Secondo l'importanza dello stabilimento ospedaliero, il cuoco o la cuoca in dietetica si occupano esclusivamente della preparazione di cibi dietetici oppure partecipano a tutti i compiti della cucina.

## Formazione

**Durata: 1 anno**

Si tratta di una formazione professionale di base che segue quella di cuoco e di cuoca.

La formazione prevede il tirocinio in una cucina d'ospedale o di collettività paramedica e la frequenza dei corsi alla Scuola professionale artigianale industriale (SPAI) di Lugano-Trevano.

Materie d'insegnamento a scuola: nutrizione, dietetica, alimenti speciali e additivi, calcolo valore nutrizionale, ricette e menu, redditività organizzazione aziendale e controllo della qualità, forme aziendali e sistemi di distribuzione delle vivande, forme di produzione e tipi di servizio, mezzi informativi e comunicativi, ginnastica e sport.

Al termine della formazione, superata la procedura di qualificazione (esami), si consegue l'attestato federale di capacità (AFC) di CUOCO IN DIETETICA o CUOCA IN DIETETICA

(Ordinanza federale sulla formazione professionale di base del 9 ottobre 2006)

## Requisiti

- attestato federale di capacità (AFC) di cuoco o di cuoca
- l'esercizio della professione durante almeno 2 anni è di tutto vantaggio per affrontare questa specializzazione

## 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

Le condizioni di lavoro sono rette da regolamenti cantonali o comunali per il personale di ospedali o di istituti sociosanitari. Cinque settimane di vacanza; turni di lavoro nel fine settimana; nessun lavoro notturno. Generalmente esiste la possibilità di alloggiare in appartamenti destinati al personale.

Questa professione incontra un interesse sempre crescente, poiché permette di unire i vantaggi del lavoro in istituto (grande regolarità degli orari e assenza del cliente dell'ultima ora) col gusto di preparare piatti appetitosi. Il personale di cucina negli ospedali è molto stabile, perché la professione non necessita esperienze gastronomiche in altri ristoranti come per quella di cuoco e di cuoca; di conseguenza i posti di cuochi in dietetica sono rari. L'apertura di nuove strutture sociosanitarie crea potenziali sbocchi.

Attestati federali di capacità (AFC) rilasciati in Ticino negli ultimi anni:

2015: 16; 2014: 10; 2013: 19; 2012: 12; 2011: 7

## Perfezionamento

- maturità professionale che agevola l'accesso ai perfezionamenti professionali e alle scuole universitarie professionali (SUP);
- esami per conseguire l'attestato professionale federale (APF) di capocuoco/a o di responsabile della ristorazione;
- esame professionale superiore (EPS) per ottenere il titolo di capo/a della ristorazione collettiva dipl. o di esercente albergatore/trice dipl.;
- scuola superiore alberghiera e del turismo di Bellinzona, per conseguire il diploma di albergatore/trice-ristoratore/trice dipl. SSS che, in Ticino, autorizza a gestire un albergo o un ristorante senza frequentare ulteriori corsi;
- scuola specializzata superiore di tecnica per il titolo di tecnico/a dipl. SSS agro-alimentare;
- scuola universitaria professionale (SUP) per conseguire il titolo di ingegnere/a SUP 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)
- Traiteur/Traiteuse

## Indirizzi

Associazione professionale dei cuochi per la dieta  
Adligenswilerstrasse 22  
Casella Postale 4870  
6000 Lucerna  
Telefono: 041 418 22 22

Hotel & Gastro formazione Ticino  
via Gemmo 11  
6900 Lugano  
Telefono: 091 961 83 11  
<http://www.gastroformazione.ch>

hotelleriesuisse  
Monbijoustrasse 130  
Formazione professionale  
3007 Berna  
Telefono: 031 370 41 11  
<http://www.hotelleriesuisse.ch>