Esame professionale di cuoca in dietetica/Cuoco in dietetica

Guida al lavoro pratico

1.	**introduzione**	**2**
2.	**Svolgimento del lavoro pratico**	**2**
3.	**Suggerimenti tecnici e di contenuto relativi alla prova pratica**	**4**
4.	**Specifiche relative al contenuto della prova pratica**	**6**
5.	**Specifiche relative alla struttura del lavoro pratico**	**8**
6.	**Valutazione del lavoro pratico**	**9**
7.	**Presentazione e scadenza**	**10**
8.	**Suggerimenti relativi alla presentazione e al colloquio professionale**	**11**

Autore/autrice:	Gruppo di lavoro "Linee guida per il lavoro pratico"
Data	18/03/2026
Versione	_3.0
Prova di modifica	02/2024 Suggerimenti per la redazione del lavoro pratico (sostituisce la disposizione facoltativa) 06.2024 Correzioni / 02.2025 Revisione e integrazioni 05.2026 Adeguamenti e precisazioni, adeguamento della struttura e dell'impaginazione 09.2026 Rielaborazione con nuovo layout

ARTISET

HOTEL & GASTRO FORMATION
SCHWEIZ · SUISSE

H+
DIE SPITÄLER DER SCHWEIZ
LES HÔPITAUX DE SUISSE
GLI OSPEDALI SVIZZERI

1. introduzione

Nell'ambito dell'esame professionale, il candidato elabora un lavoro pratico che deve essere presentato prima dell'esame finale e illustrato nel corso dello stesso. La presente guida descrive il contenuto, le condizioni quadro e la valutazione del lavoro pratico.

Estratto dalle linee guida:

4.1 Lavoro pratico (scritto, redatto in precedenza)

Questa voce comprende un lavoro pratico relativo a una realizzazione efficace in azienda. Il candidato/la candidata affronta una situazione (definizione del compito) tratta dalla propria pratica professionale. La situazione corrisponde al profilo di qualificazione della cuoca in dietetica/del cuoco in dietetica secondo l'allegato alle linee guida. Il gestire il lavoro pratico presuppone l'applicazione integrata delle competenze operative provenienti da diversi campi di competenze operative.

Il lavoro pratico mira a sviluppare soluzioni orientate alla pratica professionale sulla base della propria esperienza nella professione e della formazione teorica. Queste soluzioni devono soddisfare i requisiti della cucina dietetica (campi di competenze operative A, B e C) e, al contempo, creare un valore aggiunto innovativo per l'azienda.

Basi giuridiche

- Regolamento d'esame per l'esame professionale di cuoca in dietetica/cuoco in dietetica del 24 giugno 2022
- Linee guida al regolamento d'esame per l'esame professionale di cuoca in dietetica del 1° luglio 2022, pagine 11 e 12 e allegato 8.1 «Campi di competenze operative»

2. Svolgimento della prova pratica

Obiettivo

Con la prova pratica, la candidata/il candidato dimostra di essere in grado di pianificare, calcolare, descrivere, effettuare la produzione, presentare e riflettere in modo autonomo su lavori impegnativi nell'azienda.

Data / Durata	Svolgimento	Responsabile
Prima dell'iscrizione all'esame federale 8 mesi prima dell'esame	La guida e il modello per la prova pratica sono disponibili sul sito web di Hotel & Gastro formation Svizzera	Candidato/a
3-4 mesi prima dell'esame	Sessione informativa online, svolgimento e domande	Commissione d'esame Hotel & Gastro formation
40 giorni prima dell'inizio dell'esame finale	Consegna del lavoro pratico	Candidato/a
Esame orale	Esame orale (30 minuti) 10 minuti di presentazione (esclusa la	Candidato/a Esaminatori

	preparazione) 20 minuti di colloquio professionale sul lavoro pratico	

Scelta del tema del lavoro pratico

I candidati scelgono autonomamente il tema del proprio lavoro pratico. Deve trattarsi di un'iniziativa o di un progetto attinente al proprio ambito professionale, che comprenda conoscenze teoriche e specialistiche orientate alla pratica, in linea con il profilo di qualificazione della cuoca in dietetica o del cuoco in dietetica. L'attenzione è rivolta in particolare al trasferimento delle conoscenze acquisite nella pratica e alla presentazione dei risultati.

Il candidato o la candidata sceglie il tema del lavoro pratico in base ai seguenti criteri:

- Il tema deve essere rilevante per l'azienda (valore aggiunto dimostrabile).
- Il lavoro scelto deve avere la complessità di un progetto (sviluppo di una nuova soluzione o ottimizzazione di una esistente).
- Il lavoro pratico deve essere pianificato, calcolato, realizzato, valutato e analizzato in modo autonomo. Perché il testo in corsivo nel riquadro sottostante??

- *Per i clienti/pazienti, il team o l'azienda, il valore aggiunto significa che ne deriva un chiaro beneficio, ad esempio sotto forma di migliore qualità, processi ottimizzati, meno errori, risparmio di tempo, costi inferiori o maggiore soddisfazione.*
- *La complessità del progetto implica la presenza di diverse fasi (pianificazione, decisioni, realizzazione, controlli, valutazioni) e/o di più soggetti coinvolti (cucina, assistenza, ERB ecc.) e la necessità di rispettare un piano di lavoro ben definito.*
- *Si assume la responsabilità dello svolgimento e dei risultati. Se necessario, chieda dei riscontri (superiori, ERB), ma prenda autonomamente le decisioni relative al progetto.*

Si deve **individuare** un tema tra i contenuti didattici dei **campi di competenze operative A** «Implementazione di diete adeguate alle esigenze», **B** «Preparazione di pietanze dietetiche» e **C** «Organizzazione delle procedure aziendali», **nonché dalla propria esperienza pratica**.

L'argomento da trattare va scelto, ove possibile, d'intesa con il proprio superiore. Per la situazione attuale si possono analizzare, ad esempio, i seguenti ambiti:

- Situazione dell'azienda di partenza
- Situazioni osservate
- Condizioni quadro
- Risorse (tempo, budget, personale)
- Periodo

Nel lavoro pratico, le competenze operative provenienti da diversi campi di competenze operative (HKB A, B e C) vengono utilizzate in modo integrato. Un titolo significativo descrive il progetto in modo tale da rendere comprensibile la situazione iniziale. È importante confrontare lo stato attuale con quello desiderato, formulare obiettivi SMART e tenere conto delle condizioni quadro dell'azienda. A tal fine

occorre chiarire cosa è fisso e cosa è modificabile o vietato. Ciò facilita l'implementazione efficace, i controlli e la valutazione.

- *I flussi di lavoro e le fasi di processo esistenti vengono analizzati in modo mirato e integrati.*
- *Combinare diverse piccole ottimizzazioni in un unico progetto complessivo.*
- *Attenzione particolare alla valutazione e alla tracciabilità: analisi dello stato attuale e di quello desiderato, cifre chiave di prestazione, feedback del gruppo target.*

3. Suggerimenti tecnici e di contenuto relativi al lavoro pratico

I. Suggerimenti sul progetto

Si richiede un approccio metodico e strutturato per la registrazione delle fasi del progetto. Pertanto, alla consegna del lavoro pratico **non ci si aspetta solo un approccio concettuale di soluzione, ma anche la sua realizzazione efficace nella pratica dell'azienda**. I risultati/eventi devono essere valutati e illustrati nell'ambito della presentazione del lavoro pratico. In particolare, il monitoraggio dei feedback degli ospiti, i calcoli del valore nutrizionale, i test sensoriali e i costi evidenziano i risultati di un progetto.

- *Informate tempestivamente i vostri superiori in merito al vostro ordine e alle vostre intenzioni (obiettivi del progetto). Avrete bisogno del loro sostegno e del loro consenso per implementarlo.*

II. Suggerimenti sul tema

Non scegliete temi «troppo vasti» come, ad esempio, «alimentazione vegana», «sostanze allergeniche nella vita quotidiana» o «menu settimanale per il diabete mellito di tipo II». Concentratevi invece su un formato realizzabile che comprenda diversi campi di competenze operative (CCO A, B e C) e che possa essere attuato nel tempo a disposizione.

- *Valutate se il tema sia realmente realizzabile in un arco di tempo compreso tra quattro e otto settimane. È possibile descrivere da due a tre cifre chiave chiare (ad es. contenuto di sale, avanzi nel piatto, tempo impiegato, costi della merce, costi di produzione, costi del personale)?*
- *Nel lavoro pratico, evitate spiegazioni teoriche esaustive o trascrizioni. Se necessario, citate le vostre fonti e riportatele nella bibliografia. In questo modo risparmierete spazio per le vostre riflessioni personali. L'uso dell'intelligenza artificiale (IA) è regolato dall'attuale regolamento sull'impiego dell'intelligenza artificiale negli esami federali per l'Hotel & Gastro formation.*

III. Suggerimenti sul contesto

La concezione e la realizzazione efficace di un progetto comportano sempre costi interni ed esterni che incidono sulle finanze.
Tra i **costi interni** rientrano, ad esempio, il tempo del personale, ovvero l'orario di lavoro (stipendi), l'utilizzo delle proprie infrastrutture come dispositivi o prodotti per la pulizia, nonché i corsi di formazione con il team come prestazione aggiuntiva dell'azienda.
I costi esterni derivano, ad esempio, dall'incarico a fornitori di prestazioni di servizio, dall'acquisto di prodotti speciali, dalle analisi di laboratorio, dalla tecnologia esterna o dagli acquisti.
Tenete conto anche dei **costi ricorrenti**, poiché, ad esempio, se vengono effettuati acquisti di prodotti speciali, questi devono essere riforniti regolarmente, il che comporta costi aggiuntivi. Un progetto influisce sempre anche sulle procedure aziendali (processi) attraverso nuovi esercizi aggiuntivi o l'ottimizzazione di quelli esistenti.
Quando sviluppate la vostra idea di progetto, mettetevi sempre nei panni del gruppo target.

- *Evidenziate i costi aggiuntivi sostenuti o le prestazioni operative supplementari (tempo impiegato).*
- *Nella ricerca di una soluzione, adottate sempre un approccio integrale (olistico, completo). Soprattutto per quanto riguarda le forme di costo, questa prospettiva comprende la pianificazione iniziale e si conclude con il servizio di ristorazione ai pazienti.*
- *Un'alimentazione sana deve anche stuzzicare l'appetito e procurare piacere. Soprattutto nei pazienti, le condizioni fisiche, psichiche e mentali rivestono un ruolo centrale.*

4. Specifiche sul contenuto del lavoro pratico

Il presente capitolo illustra i punti più importanti relativi al contenuto e alla struttura del lavoro pratico scritto.

La struttura (componenti e ordine) deve seguire le indicazioni riportate di seguito. I contenuti richiesti devono essere esplicitamente presenti nei capitoli corrispondenti.

L'ordine dei singoli capitoli e la numerazione dell'Indice devono essere rispettati secondo le specifiche fornite.

Frontespizio

- Titolo e sottotitolo del lavoro pratico
- Esame professionale di cuoca in dietetica/Cuoco in dietetica
- Nome dell'azienda
- Cognome, nome e indirizzo della candidata/del candidato (compresi e-mail e numero di telefono)
- Data di presentazione
- eventualmente grafica o immagine

Prefazione e profilo dell'autore

La prefazione deve riassumere il contenuto del lavoro pratico in una pagina al massimo. Può contenere anche note personali, come ad esempio i ringraziamenti. Il profilo deve informare il lettore/la lettrice sul percorso professionale dell'autore/autrice e sul suo attuale contesto lavorativo (azienda, funzione, attività principali).

«Dopo la prefazione, inserite una nota sull'uso del linguaggio, ad esempio: *"Per motivi di maggiore leggibilità, in questo lavoro viene utilizzata prevalentemente la forma maschile (o femminile). Essa si applica tuttavia in egual misura a tutti i generi.*"»

Indice

L'indice riporta la struttura del lavoro pratico e ne riflette l'articolazione logica. È importante che i titoli dei capitoli e dei sottocapitoli siano significativi e che la struttura sia chiara.

L'indice contiene:

- Tutti i capitoli e i sottocapitoli con i relativi numeri di pagina
- I titoli dei documenti nell'allegato

Contenuti del lavoro pratico

Il lavoro pratico comprende i seguenti contenuti (capitoli):

1. **Introduzione**

   Motivazioni e ragioni alla base della scelta dell'iniziativa o del progetto

2. **Situazione di partenza**

   Breve descrizione del contesto aziendale, dei segmenti di clienti/pazienti/ospiti, dell'offerta dell'azienda, delle sfide principali e delle necessità di intervento (processi dalla pianificazione al consumo), della problematica scelta (scostamento tra lo stato attuale e quello desiderato) e degli obiettivi del lavoro pratico formulati secondo il metodo SMART

3. **Descrizione dell'iniziativa o del progetto realizzato**

   Procedura, piano dei lavori e programmazione dei tempi, persone coinvolte/impiego delle risorse, calcoli del valore nutrizionale, derrate alimentari, tecniche di lavoro, tecniche di cottura, processi organizzativi, impatto sui costi, definizione delle priorità, rischi/ostacoli e altri aspetti a libera scelta

4. **Descrizione dei risultati**

   Verifica del raggiungimento degli obiettivi, stato attuale, eventuali cause di ritardo, valore aggiunto dimostrabile (valutazione integrale di tutti i processi coinvolti) e conclusione tecnica finale (conclusione) sul progetto elaborato (non sul lavoro pratico)

5. **Riflessione**

   Riflessione sul lavoro pratico (procedura, svolgimento, realizzazione efficace, proposte di ottimizzazione), insegnamenti personali e conoscenze acquisite per il futuro della professione / della pratica

6. **Dichiarazione di autonomia**

   Inserire la firma. *Esempio: firmatario Hans Muster*

7. **Bibliografia**

   Elenco di tutte le note a piè di pagina e delle fonti, dei riferimenti e dei mezzi ausiliari utilizzati in ordine alfabetico

8. **allegato**

   A scopo illustrativo e per approfondire singoli aspetti. Nell'allegato devono essere riportate tabelle, figure, suggerimenti, elenco delle abbreviazioni ecc. che siano rilevanti per la comprensibilità del processo di elaborazione. I vari allegati vengono numerati in ordine progressivo (ad es. 8.1, ...). I documenti allegati devono essere menzionati nel testo.

Suggerimenti sui contenuti del lavoro pratico

Il lavoro pratico deve trasmettere, nel suo insieme, un'impressione di coerenza. Per evitare una semplice successione disordinata di singoli capitoli e ritagli, i singoli capitoli devono rendere visibile la struttura e la coerenza attraverso considerazioni di collegamento. Riflessioni e motivazioni personali, nonché grafici, immagini e tabelle relativi ai singoli ritagli, ne aumentano la comprensibilità.

Dichiarazione di originalità

Conferma da parte dei partecipanti che il lavoro pratico è stato redatto in modo autonomo e che i contenuti di terzi sono stati dichiarati come tali.

1. Confermo di aver redatto il presente lavoro pratico in modo autonomo, di aver segnalato e citato correttamente le idee altrui e di aver indicato le relative fonti.
2. Sono consapevole che la constatazione di una violazione della dichiarazione resa al punto 1, ai sensi dei punti 4.32 e 6.43 del regolamento d'esame relativo all'esame professionale «Cuoca in dietetica con attestato professionale federale», può comportare l'esclusione dall'esame finale. In tal caso, l'esame finale sarà considerato non superato.

Luogo / Data / Firma del candidato/della candidata

5. Specifiche per la redazione del lavoro pratico

Per il lavoro pratico è obbligatorio utilizzare il modello Word fornito (carattere Arial e dimensione 10).

Il lavoro pratico comprende, esclusi frontespizio, Indice, profilo dell'autore e allegato, un massimo di 20 pagine in formato A4. L'allegato stesso deve essere limitato a un massimo di 10 pagine in formato A4.

Abbreviazioni

Nel testo devono essere utilizzate solo abbreviazioni consentite dal Duden o comunemente usate nel linguaggio colloquiale. I termini specifici devono essere scritti per esteso al primo utilizzo, con l'abbreviazione da utilizzare in seguito aggiunta tra parentesi.

Tabelle e figure

Tutte le tabelle e le figure devono essere numerate in ordine progressivo e corredate di un titolo. Ad esempio:

Tabella (Tab.) 3: Calcolo del tribunale

Figura (Fig.) 4: Risultati della valutazione

Tutte le tabelle e le figure devono essere **commentate o spiegate nel corpo del testo**.

Intestazione e piè di pagina / Note a piè di pagina

L'intestazione contiene il titolo del lavoro pratico. Il nome e il cognome del candidato, nonché il numero di pagina, vengono inseriti nel piè di pagina. La pagina del titolo non contiene né intestazione né piè di pagina. Osservazioni particolari e riferimenti bibliografici vengono inseriti nelle note a piè di pagina[1] (stile di citazione tedesco).

[1] Si raccomanda di creare le note a piè di pagina utilizzando un programma di elaborazione testi.

6. Valutazione del lavoro pratico

I documenti scritti vengono corretti e valutati da due periti. Per quanto riguarda le competenze della professione, viene valutata la capacità di organizzare e strutturare il lavoro in azienda e di adattarsi a una nuova situazione.

Valutazione dell'esame parte 4.1 Lavoro pratico scritto

Criteri di valutazione	Punti
Rispetto delle specifiche formali (estensione, modello, impaginazione, struttura)	6
Struttura e presentazione (suddivisione in paragrafi, stile, semantica, ortografia, aspetto)	6
Capacità di motivazione e argomentazione (spiegazioni, deduzioni, analisi della situazione, fattori influenti, definizione delle priorità)	6
Capacità di individuare e risolvere i problemi in modo integrato (metodologia, ciclo di risoluzione dei problemi, causa/effetto, approcci di miglioramento)	9
Capacità di organizzare i lavori nel campo della cucina dietetica (Riferimento alla pratica; fattibilità finanziaria, di personale, organizzativa e infrastrutturale; equilibrio tra efficienza, efficacia e produttività)	9
Chiarezza (Descrizione dei risultati / delle conclusioni / del raggiungimento degli obiettivi)	6
Correttezza professionale (Affermazioni fondate, conformità alla documentazione e alle dottrine di riferimento, qualità dei contenuti)	9
Creatività (Scelta del tema del progetto/iniziativa, approccio olistico, grado di innovazione, individuazione di soluzioni, ostacoli/rischi)	6
Autonomia (Contributo personale, citazione delle fonti, leggibilità e comprensibilità di grafici, immagini e tabelle, riflessione)	3
Lavoro pratico totale	**60**

7. Consegna e scadenza

Termine di consegna e modalità di presentazione

La data di consegna sarà comunicata nel bando dell'esame federale. Il lavoro pratico completo deve essere caricato in formato elettronico sulla piattaforma didattica sotto **forma di file PDF**. Se il lavoro pratico perviene in ritardo, il candidato o la candidata sarà escluso/a dall'esame finale (cfr. punto 3.31 del regolamento d'esame).

I documenti inviati non potranno più essere modificati dopo la scadenza del termine di consegna.

Procedura per la consegna del lavoro pratico

Dopo l'iscrizione all'esame finale federale per cuoca in dietetica/cuoco in dietetica, riceverete i vostri dati di accesso alla piattaforma didattica Moodle tramite un'e-mail separata. Caricate il vostro lavoro entro i termini previsti tramite la piattaforma didattica Moodle (www.hotelgastro-elearning.ch).

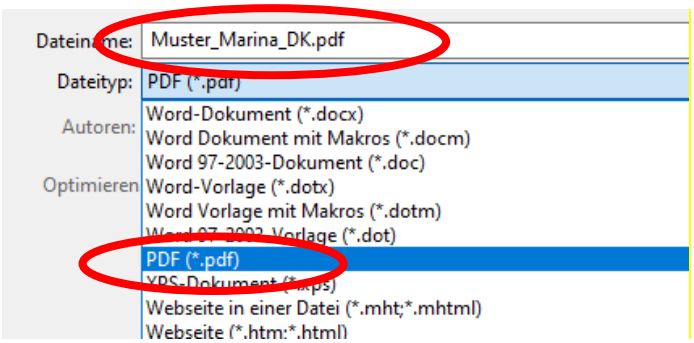
Si prega di osservare i seguenti suggerimenti per il salvataggio del proprio lavoro pratico:

→ Il lavoro pratico, compresi tutti gli allegati, deve essere salvato come un unico documento

→ Gli allegati, le immagini ecc. devono essere integrati direttamente nel file Word

→ Controllate l'ortografia prima di finalizzare il documento

→ Salvate il vostro elaborato come file PDF (tutti i documenti in un unico file PDF)



→ Verificate attentamente che il file PDF sia completo.

→ Caricare il file PDF:
Moodle (Aula): Cuoca in dietetica/Cuoco in dietetica: invio del lavoro pratico
Nome del file: Cognome_Nome_DK
Dimensione massima del file: 10 MB

8. Suggerimenti relativi alla presentazione e al colloquio professionale

Prima della presentazione del lavoro pratico, il candidato/la candidata ha a disposizione **al massimo cinque minuti** per l'apprestamento dei mezzi ausiliari nell'aula d'esame.

Sono disponibili i seguenti mezzi ausiliari, che vengono messi a disposizione nell'aula d'esame: computer portatile, proiettore, flipchart, bacheca. Le presentazioni in formato elettronico devono essere portate dal candidato su una chiavetta USB (in formato PDF **e** PPT) e copiate nell'aula d'esame sul computer portatile a disposizione.

Il candidato deve portare con sé all'esame orale una copia stampata del lavoro pratico (base per il colloquio professionale) e la presentazione in formato cartaceo (per il fascicolo d'esame).

Ulteriori informazioni sono contenute nella convocazione all'esame finale.

All'inizio della presentazione, il candidato definisce il pubblico di riferimento (ad es. superiore, esperto) e orienta il contenuto della presentazione in modo tale da illustrare in modo convincente i vantaggi e l'utilità del lavoro pratico per i destinatari. A tal fine, la candidata/il candidato si limita alle sue affermazioni fondamentali (parti selezionate quali, ad esempio, problematica, obiettivi, proposta di soluzione, procedura, risultati, conclusioni). I periti assumono il ruolo del destinatario.

La presentazione orale presenta una struttura chiaramente riconoscibile, che il candidato indica all'inizio. Deve essere tenuta in un linguaggio standard o dialettale adeguato al pubblico di riferimento e avere una durata massima di dieci minuti.

Oltre al contenuto, la qualità della presentazione orale dipende in larga misura dalla presenza competente e adeguata al destinatario. È importante prestare attenzione alla propria presenza, al modo di parlare, al linguaggio del corpo e all'uso dei mezzi ausiliari multimediali.

Valutazione dell'esame parte 4.2 Presentazione

Criteri di valutazione	Punti
Capacità di organizzare i lavori nel campo della cucina dietetica (affermazioni convincenti, valore aggiunto per i clienti, impatto positivo)	6
Capacità di individuare i problemi in modo olistico e di proporre soluzioni (confronto tra situazione attuale e obiettivo, ciclo di regolazione, approccio realistico, orientato alla pratica e duraturo)	6
Capacità di motivazione e argomentazione (Comprensibile, in relazione alla situazione dell'azienda, in prima persona)	6
Correttezza professionale (Le affermazioni sono fondate, i termini tecnici sono corretti e corredati di riferimenti alle fonti)	6
Creatività (Si suscita l'interesse, si utilizzano mezzi ausiliari)	3
Tecnica di presentazione (strutturata e metodica, mirata all'obiettivo, adeguata al pubblico, durata +/- 1')	3
Punteggio totale	**30**

colloquio professionale

Dopo la presentazione del lavoro pratico, il perito principale, alla presenza di un co-perito, conduce il colloquio professionale della durata massima di 20 minuti. Durante il colloquio vengono poste domande sul lavoro pratico e sulla presentazione, al fine di valutare la competenza professionale, la padronanza dell'argomento e le capacità comunicative. Sono possibili domande integrative relative all'ambito di attività della cuoca in dietetica, nonché domande di approfondimento sul tema del lavoro pratico.

Valutazione dell'esame parte 4.3: Colloquio professionale sul lavoro pratico

Criteri di valutazione	Punti
Capacità di organizzare i lavori nel campo della cucina dietetica (Le risposte e le spiegazioni dimostrano una solida elaborazione dei contenuti)	6
Capacità di individuare i problemi in modo olistico e di proporre soluzioni (mirate, orientate alla pratica e con un valore aggiunto per l'organizzazione)	6
Capacità comunicativa (ascolto attivo, risposta esauriente alle domande poste)	3
Capacità di motivazione e argomentazione (le risposte sono basate sui fatti, plausibili e presentate in modo comprensibile)	6
Correttezza professionale (Conformità alle specifiche linee guida in materia di dietetica, uso coerente dei termini tecnici)	6
Creatività (approccio olistico e ricco di idee alla tematica)	3
Punteggio totale	**30**

Panoramica dei voti parziali e finali del lavoro pratico 4

4.1 Lavoro pratico (scritto)	Voto di posizione
4.2 Presentazione	Voto di posizione
4.3 Colloquio professionale	Voto di posizione
La media dei voti di valutazione determina il	**nota del lavoro pratico TP 4**