



CESARE CANNAS

Biologo Nutrizionista

Cagliari +39 328 919 7993	cesarecannas@gmail.com PEC: cesare.cannas@pecobsardegna.it
-------------------------------------	---

PROFILO PROFESSIONALE

Biologo Nutrizionista con esperienza nella consulenza alimentare personalizzata, nella valutazione della composizione corporea e nella nutrizione applicata allo sport. Dal 2019 esercita la libera professione a Cagliari. Ha maturato esperienza nel supporto nutrizionale alle persone con disturbi alimentari lavorando in équipe multidisciplinare. Il suo approccio integra ascolto, educazione alimentare e monitoraggio dei progressi per costruire percorsi realistici, personalizzati e sostenibili.

Iscritto all'Ordine dei Biologi della Sardegna – n. SAR_A1209

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Biologo Nutrizionista – Libera professione | Studio professionale, Cagliari

2019 – oggi

- Valutazione delle abitudini alimentari, dello stile di vita e degli obiettivi individuali.
- Elaborazione di piani alimentari personalizzati e monitoraggio tramite controlli periodici.
- Analisi e interpretazione della composizione corporea con metodiche bioimpedenziometriche.
- Supporto nutrizionale per attività sportiva e performance e miglioramento della composizione corporea.
- Collaborazione con personal trainer, psicoterapisti e altri professionisti della salute.

Biologo Nutrizionista | Il Gesto Interiore, Cagliari

2016 – 2019

- Collaborazione con un'équipe multidisciplinare dedicata alla cura dei disturbi alimentari.
- Valutazione nutrizionale, definizione del percorso alimentare e monitoraggio del paziente.

COMPETENZE PROFESSIONALI

Nutrizione clinica e personalizzata	Nutrizione sportiva e performance
Composizione corporea e bioimpedenziometria	Educazione alimentare e counseling
Disturbi alimentari e lavoro in équipe	Alimentazione plant-based
Monitoraggio del percorso nutrizionale	Microsoft Office
Intolleranze alimentari	

COMPETENZE RELAZIONALI E ORGANIZZATIVE

- Esperienza di lavoro in équipe multidisciplinari e collaborazione con professionisti sanitari e dell'attività motoria.
- Capacità di ascolto e accompagnamento al cambiamento delle abitudini alimentari.

ISTRUZIONE

Laurea specialistica in Biologia Sperimentale e Applicata | Università degli Studi di Cagliari

Aprile 2012

Votazione: 110/110 e lode

FORMAZIONE SPECIALISTICA SELEZIONATA

2023	Nutrizione, integrazione e performance negli sport – Ikos ECM
2022	Alimentazione plant-based nell'adulto: teoria e pratica – Motus Animi
2022	Performance e alimentazione sportiva in chiave vegetale – Motus Animi
2021	Lettura delle analisi cliniche per un programma alimentare personalizzato – Akesios Group
2021	Dieta chetogenica nel paziente con obesità e comorbidità associate – Formazione ECM
2021	Efficienza metabolica – FONB
2020	Il ruolo del nutrizionista nel calcio – FONB
2020	Antiossidanti e sport – FONB
2020	Interazioni tra farmaci e alimenti – FONB
2020	Nutrizione oncologica – FONB
2019	Diagnosi, aspetti clinici e monitoraggio della malattia celiaca – FederLab
2019	Trattamento chetogenico: dalla diagnosi al successo terapeutico – PKE S.r.l.
2018	Analisi segmentale della composizione corporea e bioimpedenziometria – Simulaid S.r.l.
2017	Intervento multidisciplinare integrato sui disturbi alimentari – Cenfos S.r.l.
2015	Disturbi del comportamento alimentare: diagnosi precoce e appropriatezza delle cure – Istituto Superiore di Sanità
2014	Nutrizione umana e dietoterapia – MCR Conference S.r.l.
2013	Counseling nutrizionale – MCR Conference S.r.l.

ULTERIORE AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE

Partecipazione continuativa ad attività formative ECM su sicurezza alimentare, metabolismo, prevenzione cardiovascolare, nutrizione clinica, interazioni tra alimenti e farmaci, probiotici e prebiotici.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel presente curriculum ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679 (GDPR) e della normativa nazionale vigente.