



## Roxana Maria Martin-Hadmaș

### EXPERIENȚA PROFESIO- NALĂ

---

[ 02/2020 – În curs ] **Asistent universitar**

***Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie „George Emil Palade”, Facultatea de Medi***

**Adresă:** Târgu Mureș, România

**Țara:** România

**Principalele activități și responsabilități :**

-Cadru de predare la disciplina de Nutriție Comunitară și Igiena alimentelor pentru lucrări practice de: Nutriția sportivului, Nutriție Comunitară, Cultura alimentului, Nutriție și dietetică

[ 2018 – 2020 ] **Nutriționist - Dietetician**

***SC Algocalm SRL***

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Principalele activități și responsabilități :**

- Anamneză nutrițională
- Consilierea pacienților
- Întocmirea planurilor alimentare personalizate

[ 2018 – 2019 ] **Nutriționist - Dietetician**

***Asociația Părinți și Copii Fericiți***

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Principalele activități și responsabilități :**

- Susținerea de cursuri cu tematică nutrițională
- Oferirea de consultanță și consiliere nutrițională

[ 2015 – 2020 ] **Nutriționist - Dietetician**

***SC Centrul Medical Sonea Nou SRL***

**Adresă:** strada Principala, nr 174 B, 547525, Sâncraiu de Mureș, România

**Sector de afaceri sau de activitate:** Activități privind sănătatea umană și asistența socială

**Principalele activități și responsabilități :**

- consultația nutrițională a pacientului
- întocmirea planului alimentar individualizat
- susținerea de cursuri teoretice și practice cu tematică nutrițională

[ 2015 – 2018 ] **Nutriționist - Dietetician**

***Grădinița cu program prelungit nr 12***

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Sector de afaceri sau de activitate:** Activități privind sănătatea umană și asistența socială

**Principalele activități și responsabilități :**

- întocmirea meniurilor preșcolarilor
- supravegherea alimentației
- consultații nutriționale

[ 2014 – 2018 ] **Nutriționist - Dietetician Voluntar**

***Asociația de Medicină Școlară***

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Principalele activități și responsabilități :**

- susținerea de cursuri cu tematică nutrițională în instituții de învățământ școlar și preșcolar
- participarea la diverse proiecte cu tematică nutrițională pediatrică

[ 2014 – În curs ] **Nutriționist - Dietetician Voluntar**

***Asociația Copiilor și Tinerilor cu Diabet***

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Principalele activități și responsabilități :**

- susținerea de cursuri cu tematică nutrițională în instituții de învățământ școlar/preșcolar și în cadrul asociației
- organizarea de evenimente științifice și sociale
- realizarea de consultații nutriționale pentru membrii asociației
- întocmirea planului alimentar pentru pacientul consultat

## **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

---

[ 2016 – 2021 ] **Doctorat în științe medicale**

***Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie „George Emil Palade” din Târgu Mureș*** [www.umfst.ro](http://www.umfst.ro)

**Adresă:** Târgu Mureș, România

**Nivelul CEC:** Nivelul 8 CEC

[ 2014 – 2016 ] **Masterat Nutriție Clinică și Comunitară**

***Universitatea de Medicină și Farmacie din Târgu Mureș*** [www.umfst.ro](http://www.umfst.ro)

**Adresă:** Târgu Mureș, România

**Clasificare națională:** Nivelul 7 CEC

[ 2014 – 2015 ] **Curs postuniversitar pentru pregătirea personalului didactic, modul I și II**

***Universitatea Dimitrie Cantemir*** [www.cantemir.ro](http://www.cantemir.ro)

**Adresă:** Tîrgu Mureș, România

**Clasificare națională:** Nivelul 5 CEC

[ 2011 – 2014 ] **Studii de licență în Nutriție și Dietetică**

**Universitatea de Medicină și Farmacie, Târgu Mureș** [www.umfst.ro](http://www.umfst.ro)

**Adresă:** Târgu Mureș, România

**Clasificare națională:** Nivelul 5 CEC

[ 2007 – 2011 ] **Diplomă de bacalaureat - Filologie**

**Liceul Pedagogic „Mihai Eminescu”** [www.pedagogicmures.ro](http://www.pedagogicmures.ro)

**Adresă:** Târgu Mureș, România

**Clasificare națională:** Nivelul 4 CEC

## COMPETENȚE LINGVIS- TICE

---

**Limbă(i) maternă(e):** Română

**Altă limbă (Alte limbi):**

**engleză**

**COMPREHENSIUNE ORALĂ B2 CITIT B2 SCRIS B2**

**EXPRIMARE SCRISĂ B2 CONVERSAȚIE B2**

**franceză**

**COMPREHENSIUNE ORALĂ B1 CITIT B1 SCRIS B1**

**EXPRIMARE SCRISĂ B1 CONVERSAȚIE B1**

## COMPETENȚE DIGITALE

---

### Competențele mele digitale

SPSS SOFTWARE | GraphPad Statistics | WorPress | Microsoft Office, Microsoft Word, Microsoft Excel, Outlook, Facebook, Google | Utilizare buna a programelor de comunicare(mail messenger skype)

## PUBLICAȚII

---

### ARTICOLE PUBLICATE ÎN EXTENSO ÎN REVISTE COTATE ISI CU FI

1. Matran IM, **Martin-Hadmaș RM**, Niculaș C, Muntean DL, Tarcea M. Dietary and pharmaco-therapy in skin diseases. Farmacia. 2022; 70(2): 177-183. **IF: 1.433**. ISSN 2065-0019
2. Martin ȘA, **Martin-Hadmaș RM**. Using an Electromyography Method While Measuring Oxygen Uptake to Appreciate Physical Exercise Intensity in Adolescent Cyclists: An Analytical Study. Medicina. 2021; 57(9):948. **IF: 2.43**. ISSN 1648-9144
3. **Martin-Hadmaș RM**, Martin ȘA, Romoņi A, Mărginean CO. The Effect of Dietary Intake and Nutritional Status on Anthropometric Development and Systemic Inflammation: An Observational Study. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2021. 18(11): 5635. **IF: 3.39**. ISSN 1660-4601
4. **Martin-Hadmaș RM**, Martin ȘA, Romoņi A, Mărginean CO. Anthropometric Development in Children: Possible Changes in Body Mass, Basal Metabolic Rate and Inflammatory Status. Children. 2021. 8(6): 455. **IF: 2.863**. ISSN 2227-9067
5. Matran IM, Muntean DL, Niculas C, **Martin-Hadmas RM**, Tarcea M. Possible algorithms for determining adverse reactions caused by food supplements in Romania. One Health & Risk Management, 2021; 2(4): 4-27. **IF: 0.636**. ISSN 2587-3466

6. Martin ȘA, **Hadmaș RM**, Dobreanu D, Resting Metabolic Rate Changes Over 4 Months Of Elite General Cross Country Roller Skiing Training. Science & Sports. 2019. 34(4): 236-243. **IF: 0.684**. ISSN 0765-1597

#### ARTICOLE PUBLICATE ÎN EXTENSO ÎN REVISTE ISI, FĂRĂ FI

1. **Hadmaș RM**, Martin ȘA, Mărginean O. Children anthropometric development: an analysis over food consumption and energy requirements. Gazz Med Ital – Arch Sci Med. 2021. 180 (5): 195-201. pISSN 0393-3660. eISSN 1827-1812
2. **Hadmaș RM**, Martin ȘA, Mărginean O. Fat Consumption and Related Changes in Micronutrients Intake and Child Anthropometric Development. Bulletin UASVM Food Science and Technology. 2020. 77 (2): 1-9. ISSN 2344-2344
3. Martin ȘA, **Hadmaș RM**. Shooting Performance Under Training Load in Biathlon. Gazz Med Ital – Arch Sci Med, 2019. 178(10): 769-774. ISSN 0393-3660
4. Martin ȘA, **Hadmaș RM**. Individual Adaptation in Cross-Country Skiing Based on Tracking. Sports. 2019. 7(9): 211. ISSN 2075-4663
5. Georgescu M, Tarcea M, **Hadmaș R**, Seni G, Teodorescu C, Szasz S, Guine R, Abram Z. Romanian Population Perception about Food Risk Behavior Starting from their Social and Cultural Profile. Bulletin UASVM Food Science and Technology. 2020. 77 (2): 10-16. ISSN 2344-2344
6. Martin ȘA, **Hadmaș RM**, Graur C. Effect of Single L-Carnitine Dose Over Lactate Production During High Intensity - Short Volume Effort. Journal of Applied Exercise Physiology. 2019. 8(2): 1-7. ISSN 2322-3537

#### ARTICOLE PUBLICATE ÎN EXTENSO ÎN REVISTE B+ SAU BDI

1. **Martin-Hadmaș RM**, Martin ȘA, Romoņi A, Mărginean O. Dietary aspects related to height growth rate and the risk of malnutrition in children. Health, Sports & Rehabilitation Medicine. 2021. 22(1): 4-8. ISSN 2668-2303
2. Tarcea M, Fănică A, Roșescu R, **Martin-Hadmaș R**. - Importanța dietei în reabilitarea pulmonară / The importance of diet in lung rehabilitation, Romanian Medical Journal/ Revista Medicală Română, 2020, LXVII(suppl. 6):111-117; ISSN 1220-5478
3. Martin ȘA, **Martin-Hadmaș RM**, Graur C. L-carnitine role in heart rate and blood lactate recovery following high intensity exercise - a double blind study following single doses. Health, Sports & Rehabilitation Medicine. 2020. 21 (4): 210-216. ISSN 2668-2303
4. Bordianu B, Mardale E, Pădureanu A, **Martin-Hadmaș RM**, Tarcea M. Changing body composition in a group of amateurs who practice constant physical activity. Health, Sports & Rehabilitation Medicine. 2020. 21 (3): 162-166. ISSN 2668-2303
5. Roșescu R, **Martin-Hadmaș RM**, Tarcea M. Is there a link between physical activity, body mass index, Finnish Diabetes Risk Score (FINDRISC) and blood pressure? Health, Sports & Rehabilitation Medicine. 2020. 21 (3): 174-178. ISSN 2668-2303
6. Graur C, Martin ȘA, **Hadmaș RM**. Warm-up routines: performance assessment following both an active and a combined method in basketball players. JHSRM. 2019. 20(3): 103-109. ISSN 2668-2303
7. **Hadmaș RM**, Tarcea M, Neghirlă A, Mărginean O, Martin A, Martin ȘA. Nutritional Value of Kindergartens Menus from Tirgu Mures / Romania, related to National and International Dietary Recommendations. Medicine in evolution. 2017. 23(3): 271-278. ISSN 2065-376X
8. **Hadmaș RM**, Neghirlă A, Martin ȘA. Children's nutrition specificity related to general sporting activities practiced in kindergartens. PM3. 2017. 18(4):196-200. pISSN 2601-2537
9. **Hadmaș RM**, Erdos MI. The Influence Of Prenatal Supplement Intake On Weight Gained During Pregnancy And Birth Weight. Acta Medica Transilvanica. 2016. 21(2): 15-18. ISSN 2285-7079
10. **Hadmaș RM**, Martin ȘA, Erdos MI. Do Kindergartens With Extended Schedule Cover the Caloric and Macronutrients Needs of the Preschoolers. Management in Health. 2016. 20(3): 37 – 40. ISSN 2067-7561

11. **Hadmaş RM**, Martin ŞA, Erdos MI. The influence of kindergartens with extended schedule budget on the amount of macronutrients consumption preschoolers. *Medicine in Evolution*. 2016. 22 (3): 310 – 315. ISSN 2065-376X
12. Martin ŞA, Tomescu V, **Hadmaş RM**. Can age influence the Energy Demands of the elite athlete during High Intensity Effort?. *PM3*. 2016. 17(3): 199 – 204. pISSN 2601-2537
13. Martin ŞA, Tomescu V, **Hadmaş RM**. The Amount Of Lipids Used During A Maximal Effort Will Indicate Aerobic Exercyse Capacity. *Medicine in Evolution*. 2016. 22(3): 301 – 309. ISSN 2065-376X

#### ARTICOLE PUBLICATE ÎN EXTENSO ÎN REVISTE B+ SAU BDI

14. Martin ŞA, Tomescu V, **Hadmaş RM**. Effects Of Menstrual Period On Daily Energy Demands In A Group Of Elite Female Rowers. *JSMS (Medicina Sportiva)*. 2016. 12: 2709 – 2714. ISSN 1841-0162
15. **Hadmaş RM**, Neghirlă A, Martin ŞA. The Influence Of Physical Activity Upon Pregnancy Evolution And Newborn Body Weight. *PM3*. 2016. 17(1): 19 – 22. pISSN 2601-2537
16. **Hadmaş RM**, Tarcea M, Martin ŞA, Tomescu V. Composition And Structure Of The Menu For Top Level Young Handball Players. *PM3*. 2016. 17(2): 117 – 121. pISSN 2601-2537
17. Tarcea M, Fănică A, Roşescu R, **Martin-Hadmaş R**. The importance of diet in lung rehabilitation. *Romanian Medical Journal*. 2020. LXVII (S6): 111-117. ISSN 1220-5478
18. Tarcea M, Şipoş SR, **Hadmaş R**, Roşescu R, Fănică A. Behavioral tips to strengthen your immune system against viruses. *Medic.ro*. 2020. 133(1): 10-12. ISSN 1584-3513
19. Tarcea M, Şipoş SR, **Hadmaş R**, Roşescu R, Fănică A. Sugestii igienico-dietetice de susţinere imunitară antivirală. *Medic.ro*. 2020. 133(1/2020). ISSN 1584-3513
20. Maftei A, **Hadmaş RM**, Martin ŞA. Urinary parameters' evolution during junior male water polo microcycle training. *PM3*. 2018. 19(1): 13 – 16. pISSN 2601-2537
21. Martin ŞA, **Hadmaş RM**, Dobreanu D. Non-specific maximal testing results, under certain training conditions, can be associated with roller skiing performances during a competitive 5K event. *PM3*. 2018. 19(3): 141 – 146. pISSN 2601-2537
22. Maftei A, **Hadmaş RM**, Martin ŞA. Menu structure for children and youth swimmers during micro-cycle training. *PM3*. 2018. 19(3): 176 – 180. pISSN 2601-2537

#### PROIECTE

[ 01/02/2022 – În curs ]

##### **Connected4Health – A Medical and Humanities-based Approach to Navigating Obesity and Eating Disorders in Young People**

Membru proiect național, Call ERASMUS+ 2021 Round 1 KA2, KA220-HED – Cooperation partnerships in higher education, Nr. proiect: 2021-1-RO01-KA220-HED-000032108, parteneriat 7 tari UE, perioada 2022-2023, finantare 269.057 Euro, coordonator Prof. Anisoara Pop.

[ 01/04/2021 – În curs ]

##### **EISuFood - Study about food habits and knowledge about edible insects as sustainable foods**

Membru proiect internațional, CERNAS-IPV/2020/003, parteneriat 17 țări, perioada 2021-2022

PERMIS DE CONDUCERE

---

Autoturism: B

COMPETENȚE ORGANIZATORICE

---

Competențe organizatorice

Personal skills

Creativitate, abilități interpersonale, gândire critică, vorbire în public, abilități de lucru în echipă, comunicare, colaborare, ascultare activă, adaptabilitate, empatie, management, abilități de leadership, organizare, abilități lingvistice.