



ALINA MARIA SMARANDA

DESPRE MINE

Mă dedic îmbunătățirii performanțelor sportivilor și menținerii sănătății lor printr-o abordare bazată pe știință și tehnologie de ultimă generație. Cu o pasiune pentru fiziologia efortului, lucrez pentru optimizarea potențialului sportivilor, având un interes special pentru avizul medico-sportiv și screeningul ECG ca instrumente esențiale pentru prevenția evenimentelor cardiovasculare. Experiența mea include prevenirea, diagnosticarea și tratarea leziunilor sportive, programe de nutriție sportivă, monitorizare antidoping și organizarea evenimentelor științifice. Mă angajez în promovarea unui stil de viață activ și sănătos pentru combaterea efectelor sedentarismului. Cu o dorință continuă de învățare și dezvoltare, îmi propun să contribui constant la progresul în domeniul medicinei sportive.

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

Medic specialist Medicină Sportivă

Institutul Național de Medicină Sportivă [01/03/2023 - În curs]

Localitatea: București Țara: România

Evaluare medico-sportivă și avizare în Laboratorul de Teste de Efort și Diagnostic Funcțional.
Screening cardiovascular și testare de efort pentru optimizarea siguranței sportivilor.
Activitate de cercetare.

Asistent universitar

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” [02/2021 - În curs]

Localitatea: București Țara: România

Coordonarea lucrărilor practice pentru studenți și rezidenți în disciplina Medicină Sportivă.
Îndrumare lucrări de licență și participare în comisii de examen pentru titlurile de medic specialist/primar.
Activități de evaluare și formare
Organizare evenimente de educație medicală continuă și participare la programe internaționale.
Implicare în cercetare și elaborare de materiale didactice.

Medic rezident

FCSB Academy [09/2021 - 07/2023]

Localitatea: București Țara: România

Asistență medicală în timpul meciurilor și antrenamentelor.
Consult medical și diagnostic.
Implementare politici antidoping și monitorizare conform reglementărilor sportive.
Consiliere nutrițională și organizare de seminarii pentru optimizarea performanței.
Reabilitare și recuperare medicală post-leziuni, coordonând planuri individualizate.

Medic lot

Federația Română de Polo pe Apă [01/2020 - 12/2022]

Localitatea: București Țara: România

Asistență medicală pentru lotul național în timpul antrenamentelor și competițiilor.
Gestionarea și tratarea leziunilor traumatice și suprasolicitare.

10.06.2025

Implementarea și monitorizarea politicilor antidoping conform reglementărilor internaționale.
Coordonarea screeningului medical și testărilor de efort pentru evaluarea sănătății sportivilor.
Participare la competiții internaționale, organizare și coordonare medicală în cadrul acestora
Colaborare cu staff-ul tehnic

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

Student doctorand

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” [01/10/2019 – În curs]

Localitatea: București Țara: România

Doctor medic

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” [2012 – 2018]

Localitatea: București Țara: România

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): română

Altă limbă (Alte limbi):

engleză

COMPREHENSIUNE ORALĂ C1 CITIT C1 SCRIS C1
EXPRIMARE SCRISĂ C1 CONVERSAȚIE C1

germană

COMPREHENSIUNE ORALĂ B1 CITIT B1 SCRIS B1
EXPRIMARE SCRISĂ B1 CONVERSAȚIE B1

spaniolă

COMPREHENSIUNE ORALĂ B2 CITIT B2 SCRIS B2
EXPRIMARE SCRISĂ B2 CONVERSAȚIE B2

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

PUBLICAȚII

[2025]

ECG Screening in Athletes: A Systematic Review of Sport, Age, and Gender Variations

Reviews in Cardiovascular Medicine. 26(5), 38209. [10.31083/RCM38209](#) A. Caramoci, A. M. Smaranda, T. S. Drăgoiu, I. A. Bădărău

[2025]

ECG Evolution in Elite Gymnasts: A Retrospective Analysis of Training Adaptations, Risk Prediction, and PPE Optimization

Diagnostics. 15(8), 1007. [10.3390/diagnostics15081007](#) A. M. Smaranda, A. Caramoci, T. S. Drăgoiu, I. A. Bădărău

[2024]

Artificial Intelligence in Sports Medicine: Reshaping Electrocardiogram Analysis for Athlete Safety—A Narrative Review

Sports. 12(6), 144. [10.3390/sports12060144](#) A. M. Smaranda, T. S. Drăgoiu, A. Caramoci, A. A. Afetelor, A. M. Ionescu, I. A. Bădărău

[2024]

Ankle sprains in female futsal players: implications for prevention and recovery

British Journal of Sports Medicine. 58(Suppl 2):A86.1-A86. [10.1136/bjsports-2024-IOC.149](#)

[2024]

Thoracic disc herniation in weightlifters: a case study on the importance of training programs and injury prevention

British Journal of Sports Medicine. 58(Suppl 2):A90.1-A90 [10.1136/bjsports-2024-IOC.155](#)

10.06.2025

[2024]

Advancements in pre-participation evaluation (PPE): ensuring cardiovascular health in athletes

British Journal of Sports Medicine. 58. EP102. [10.1136/bjsports-2024-IOC.217](https://doi.org/10.1136/bjsports-2024-IOC.217).

[2024]

Identifying psychological triggers to prevent the incidence of RED-S syndrome in athletes

British Journal of Sports Medicine. 58. EP104. [10.1136/bjsports-2024-IOC.219](https://doi.org/10.1136/bjsports-2024-IOC.219)

[2021]

Preparticipation medical evaluation for elite athletes: EFSMA recommendations on standardised preparticipation evaluation form in European countries

BMJ Open Sport Exerc Med. 7(4):e001178 [10.1136/bmjsem-2021-001178](https://doi.org/10.1136/bmjsem-2021-001178)

A. M. Ionescu, Y. P. Pitsiladis, S. Rozenstoka, X. Bigard, H. Löllgen, N. Bachl, A. Debruyne, F. Pigozzi, M. Casasco, A. Jegier, A. M. Smaranda*, A. Caramoci, T. Papadopoulou

[2021]

The hidden cost of winning a medal: a narrative review on the mental health of elite athletes

British Journal of Sports Medicine. 55. A101.1-A101. [10.1136/bjsports-2021-IOC.239](https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-IOC.239). <https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-IOC.239>

[2021]

Selection - the early prediction of future performance

Medicina Sportiva (2021),vol. XVII, no 1: 3265-3273 *Journal of the Romanian Sports Medicine Society*

A. M. T. Vişinescu, A. M. Smaranda, M. Vasilescu, A. Caramoci, A. M. Ionescu

[2021]

Tracking performance in elite athletes

Medicina Sportiva (2021),vol. XVII, no 1: 3300-3307 *Journal of the Romanian Sports Medicine Society*

A. Smaranda, A. Vişinescu, A. Caramoci, M. Vasilescu, A. M. Ionescu

10.06.2025

CONFERINȚE ȘI SEMINARII

[11/2024]

Al XXIV-lea Simpozion Național de Nutriție Clinică și Metabolism, cu participare internațională, Poiana Brașov, România

Particularitățile nutriționale ale femeii atlet – lector.

[11/2024]

MIMESIS – Military Medicine Scientific Sessions for Students

Lector Workshop Evaluarea medicală: Fundamentul performanței sportive

[10/2024]

International Federation of Sports Medicine (FIMS) World Congress of Sports Medicine – Dubai 2024

[06/2024]

Conferința Națională de Medicină Sportivă, ediția 32 București, România

[04/2024]

Simpozion Obezitatea și impactul asupra performanței, București, România

Obezitatea la tineri în contextul sportului de performanță – Împreună pentru sănătatea sportivilor – lector.

[03/2024]

Ediția a XX-a, Conferința de Medicină a Familiei cu Participare Internațională București, România

Avizul medico-sportiv și vizita medicală obligatorie la sportivii înscrși la un club sportiv – lector.

[03/2024]

Zilele Educației Medicale (ZEM)

Lector Workshop Optimizarea performanței sportive: Examenul medico-sportiv

[02/2024]

7th IOC World Conference on Prevention of Injury and Illness in Sport, Monaco

Poster presentation

[10/2023]

12th European Federation of Sports Medicine Associations (EFSMA Congress) Wrocław, Poland

Preparticipation Medical Evaluation and Sports Eligibility – EFSMA Recommendations – lector.

[06/2023]

Conferința Națională de Medicină Sportivă, ed. 31, Sibiu, România

Baropodometria - Importanța unei posturi corecte și performanță - lector.

[04/2023]

Forum Excelență - Comitetul Olimpic și Sportiv Român București, România

Performanță și sănătate prin medicină sportivă - lector

[02/2023]

Sports Tomorrow Congress 2023 - BARÇA INNOVATION HUB, Barcelona, Spain

[11/2022]

Congresul Universității de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, București, România

Efectele adverse cardiovasculare ale substanțelor dopante - lector

[10/2022]

10.06.2025

Conferința Națională de Medicină de Familie București, România

Prescrierea și metodologia de aplicare a exercițiului fizic terapeutic - lector

[09/2022]

Workshop Ultrasonografia musculoscheletală, Techirghiol, Constanța

[08/2022]

EAPC Sports Cardiology Course, Barcelona, Spain

[06/2022]

Conferința Națională de Medicină Sportivă, ed. 30, Constanța, România

[05/2022]

British Association of Sport and Exercise Medicine Conference, Brighton, UK

[11/2021]

IOC World Conference on Prevention of Injury and Illness in Sport, Monaco

Poster presentation

[10/2019 – 08/2021]

INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE CERTIFICATE IN DRUGS IN SPORT Lausanne, Switzerland

[09/2019 – 10/2019]

How To Interpret the ECG In Athletes And Young Adults St. George's University Of London, UK

[05/2019]

V Congreso Internacional En Optimización Del Entrenamiento Y Readaptación Físico-Deportiva Fundación San Pablo Andalucía Ceu, Seville, Spain

[12/2019]

The International Medical Students Congress Of Bucharest București, România

Lector Workshop – The Athletes Heart – Basic Principles Of Ecg

Lector Workshop – The Challenge Of Treating Sports Injuries – Clinical Cases

[10/2019]

11th Efsma Congress Of Sports Medicine, Portoroz, Slovenia

Young Investigation Award For The Best Poster - "The Science Behind Sports Performance – Tracking Biomarkers In Elite Athletes"

[08/2019]

Sports And Exercise Medicine Summer Course, Valletta, Malta

Conferința Națională de Medicină Sportivă, ed. 28 Cluj Napoca, România

Testarea Markerilor Biologici în Sportul de Performanță - Lector

[04/2019]

Simpozionul "Recomandarea Exercițiului Fizic În Practica Medicală " Iași, România

COMPETENȚE ORGANIZATORICE

Conferința Națională de Medicină Sportivă - comitet organizare ed. 29-32

Coordonare program științific și structurarea sesiunilor.

Supervizare echipă organizatorică pentru desfășurarea optimă a evenimentului.

10.06.2025

Gestionarea comunicării cu lectorii, participanții și partenerii.

Obținerea punctelor EMC și asigurarea conformității evenimentului.

Promovarea conferinței în mediul academic și profesional.

REȚELE ȘI AFILIERI

[01/01/2019 – În curs] București, România

Societatea Română de Medicină Sportivă

COMPETENȚE DE MANAGEMENT ȘI CONDUCERE

Trezorier - Societatea Română de Medicină Sportivă

[06/2021 – 06/2023]

Administrarea bugetului și gestionarea fondurilor societății, asigurând transparență și conformitate financiară.

Coordonarea cotizațiilor membrilor și gestionarea fluxurilor financiare pentru evenimente științifice și proiecte.

Supervizarea raportării financiare și respectarea reglementărilor contabile și fiscale.

Planificarea și optimizarea resurselor pentru organizarea conferințelor și activităților educaționale.

Colaborare cu conducerea societății pentru dezvoltarea strategică și atragerea de finanțări suplimentare.

Bune abilități de time management, gestionând eficient multiple responsabilități.

Capacitate de a emite rapid și fundamentat decizii, adaptate contextului organizațional.

Adeptă a riscului asumat.

COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

Abilități avansate de comunicare și relaționare profesională

Spirit de echipă și capacitatea de a colabora eficient în medii multidisciplinare.

Inteligență emoțională și abilitatea de a crea relații bazate pe încredere și empatie.

Comunicare constructivă în diverse contexte sociale și profesionale.

Abilități de ascultare activă și consiliere, facilitând interacțiuni eficiente.

Medierea relațiilor interpersonale, gestionând conflicte și promovând un climat pozitiv.

10.06.2025

Bune abilități de public speaking, susținând prezentări științifice și educaționale.

HOBBY-URI ȘI TEME DE INTERES

Călătorii, navigație, dans, pictură

PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: 8

10.06.2025