



# MIHAELA ACASANDREI

## DESPRE MINE

Sunt educator în nutriție atât la cabinet, față în față, cât și online prin articolele scrise și activitatea de pe Social Media. Sunt pasionată de dezvoltare personală și consider curiozitatea, dimpreună cu etica profesională, cele mai bune calități, acestea stând la baza performanței.

## EXPERIENȚĂ PROFESIONALĂ

### Nutriționist-dietetician

PERSONAL NUTRITION SRL | Ianuarie 2020 - prezent

- Consiliere nutrițională online/conlaborare directă, adulți și copii, în vederea optimizării stilului de viață, inclusiv dietetică de specialitate în patologii
- Educator diabet acreditat IDF
- Specialist în managementul obezității, certificat SCOPE

### Nutriționist-dietetician

Clinica de nutriție | Iunie 2018 - Decembrie 2020

- Consiliere nutrițională 1 la 1/de grup, adulți și copii, în vederea optimizării stilului de viață, inclusiv dietetică de specialitate în patologii
- Educator diabet acreditat IDF

### Redactor articole și copywriter

Clinica de nutriție | Iunie 2018 - Decembrie 2020

- Redactare conținut și grafică pentru site/conturi Social Media, creare conținut cursuri de specialitate, materiale de promovare (pliante, broșuri)
- Creare/editare prezentări specialitate Power Point/Canva

### Nutriționist-Dietetician

TopKineto | Septembrie 2017 - Iunie 2018

- Consiliere nutrițională 1 la 1, adulți și copii, în vederea optimizării stilului de viață, inclusiv dietetică de specialitate în patologii

### Redactor articole medicale, specialist în nutriție

RoMedic | Ianuarie 2016 - Iunie 2018

- Redactarea articolelor de specialitate în domeniul medicinei, nutriției și dieteticii pentru site-urile: [www.romedic.ro](http://www.romedic.ro), [www.la-pediatru.ro](http://www.la-pediatru.ro), [www.ghid-cancer.ro](http://www.ghid-cancer.ro)
- Consultanță nutrițională și îndrumare sub forma răspunsurilor avizate, punctuale, pe forumul ROmedic

## DATE PERSONALE

📍 Str. Ștefan cel Mare nr. 7 Bl. A2, Sc. A, Et.9, Ap. 33, Iași

☎ 0752 369 355

✉ [nd.acasandrei@gmail.com](mailto:nd.acasandrei@gmail.com)

🌐 @mihaela-acasandrei

📘 @acasandrei.mihaela.rdn

📷 @mihaela.acasandrei.dietitian

🖱 [www.romedic.ro/colaboratori](http://www.romedic.ro/colaboratori)  
[www.viata-medicala.ro/autor](http://www.viata-medicala.ro/autor)  
[www.mihaela-acasandrei.com](http://www.mihaela-acasandrei.com)

## COMPETENȚE LINGVISTICE

●●● Engleză (B2)

## COMPETENȚE

●●● Pachet Office

●●● Design Canva

●●● Gândire Critică

●●● Abilități de asimilare a informațiilor și actualizare a cunoștințelor

●●● Competențe de organizare, planificare și finalizare a sarcinilor

●●● Abilități de comunicare și interrelaționare

●●● Capacitate de lucru în echipă

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

### Master în Nutriție și dietetică profilactică și curativă

Universitatea de Medicină și Farmacie "Grigore T. Popa" Iași, Facultatea de Medicină | 2015-2017

- Studiu original: „Atitudinea față de obezitate și calitatea vieții la persoanele cu probleme de greutate”

### Ciclu licență, Specializarea Nutriție și dietetică

Universitatea de Medicină și Farmacie "Grigore T. Popa" Iași, Facultatea de Medicină | 2012-2015

- Studiu original: „Relația dintre calitatea vieții și statusul nutrițional la vârstnici”

## PUBLICAȚII, PREZENTĂRI, APARIȚII ÎN MEDIA

- „Principii de bază ale alimentației în diabetul zaharat”, curs online „Abordarea multidisciplinară a pacientului cu diabet zaharat, 14 noiembrie 2020
- „Mituri și principii de terapie nutrițională a pacienților cu diabet zaharat”, workshop online, 27 iunie 2020
- Infinit TV, Ora de Mișcare, 22 ianuarie 2019
- Infinit TV, Plus de Sănătate, 16 august 2018
- „Cum vorbim cu pacienții obezi?” - Revista Viața Medicală, nr. 29 (1435), Iulie 2017
- „Valorile pacientului vs. Cunoștințele medicului” - Revista Viața Medicală, nr. 6 (1412), 10 februarie 2017
- Co-autor „Setea în școli: doar de cunoaștere! Sau poate nu?” - Revista Medic.ro, nr. 114 (6/2016)
- „Evaluarea statusului nutrițional și a calității vieții la vârstnici” - Al 6-lea Congres al Societății de Nutriție din România, Iași, 14-16 aprilie 2016

## INFORMAȚII SUPLIMENTARE

### Voluntariat

Program comunitar de prevenție a obezității la copii „Traista cu sănătate. Tradiții sănătoase pentru copii sănătoși” | 2013-2016

- evaluarea antropometrică și a obiceiurilor alimentare la preșcolari și școlari
- susținerea sesiunilor educative pe diferite teme nutriționale pentru preșcolari și școlari
- participare la Conferința „Prevenția obezității la vârsta copilăriei”, edițiile 2 și 3

### Apartenența la Societăți Științifice

Asociația Dieteticienilor din România, ADR

### Participări conferințe și cursuri (Anexa 1)

## ANEXA 1

### Participări conferințe, cursuri:

**Certificare SCOPE (Strategic Centre for Obesity Professional Education)**, 14 decembrie 2020

Conferința online „PREVENȚIA OBEZITĂȚII LA VÂRSTA COPILĂRIEI”, 26 septembrie 2020

Curs preconferință: PREVENȚIA ȘI MANAGEMENTUL OBEZITĂȚII PRIN INTERVENȚII ÎN STILUL DE VIAȚĂ: CONCEPTE ȘI PRACTICĂ, 24-25 septembrie 2020

Congresul digital NutriTerra: “Nutriție, terapie dietetică și siguranța alimentelor în contextul pandemiei COVID-19”, 28-29 mai 2020

A VIII-a Ediție Națională și I Ediție Internațională a Congresului “Nutriția – Medicina Viitorului”, Cluj, 15-18 mai 2019

**IDF Online Certified Course DIABETES EDUCATORS**, 28 noiembrie 2018

Cursul de inițiere și instruire în psihologia sportului, Psihologia performanței în sport, Iași, 5-6 mai 2018

Al VII-lea Congres al Societății de Nutriție din România - „Nutriția în prevenția și controlul bolilor cronice netransmisibile”, Iași, 13-14 aprilie 2018

A 5-a Conferință a Dieteticienilor cu participare internațională, Tîrgu Mureș, 1-4 noiembrie 2017

“Obezitatea la copil – actualități, implicații și perspective de prevenție și tratament”

“Cercetări transdisciplinare în kinezoterapie, activități fizice și nutriție sportivă”

Conferința Națională Zilele Pediatriei Ieșene „N.N. Trifan”, Iași, 5-7 octombrie 2017

A-V-a Conferință Anuală Prevenția Obezității la Vârsta Copilăriei, Iași, 20 mai 2017

A 3-a Conferință a Dieteticienilor cu participare internațională, Tîrgu Mureș, 2-5 noiembrie 2016

"Insertia dieteticianului în sistemul de sănătate – de la nivel european la cel național"

"Conferința de Nutriție Sportivă"

Școala Medicală Pediatrică, cu participare internațională, ediția a V-a, Iași, 18 - 19 octombrie 2016

Congresul Societății de Nutriție din România, Iași, 14-16 aprilie 2016

Conferința despre Riscuri și Prevenire în Diabet, Iași, 11 noiembrie 2015

Congresul Național de Nefrologie, Iași, 15-17 octombrie 2015

Școala de vară de nutriție, Iași, 18 -20 iunie 2015

Conferința "Prevenția obezității la vârsta copilăriei", ediția a III-a, Iași, 23 mai 2015

Școala Medicală Pediatrică, cu participare internațională, ediția a IV-a, Iași, 21-24 aprilie 2015

„10 seri de psihoterapie medicală” inițiat de Centrul de Etică și Politici de Sănătate UMF Iași, 2014-2015

Curs de Nutriție clinică pentru rezidenți și tineri medici, Iași, 5 aprilie 2014

Al 5-lea Congres al Societății de Nutriție din România, Iași, 3-4 aprilie 2014

Școala Medicală Pediatrică, cu participare internațională, ediția a III-a, Iași, 11-14 aprilie 2014

Curs de Nutriție pentru rezidenți și tineri medici, Iași, 9 noiembrie 2013