

CURRICULUM VITAE

Europass

Informații personale

Nume: Timnea-Florescu Andreea-Consuela

Adresă:

Telefon:

E-mail: consuela.timnea@yahoo.com

Naționalitate: Română

Data nașterii:

Sex: Feminin

Experiență profesională

- Asistent asociat – Universitatea Româno-Americană, Facultatea de Educație Fizică, Sport și Kinetoterapie– octombrie 2024 – prezent
- Medic coordonator – Centru copii și juniori, FC Rapid 1923 – februarie 2022 – mai 2025
- Medic coordonator – Centru copii și juniori, FCSB SA – ianuarie 2019 – august 2021
- Medic rezident pediatrie – Spitalul de Urgență pentru Copii „Grigore Alexandrescu” – ianuarie 2019 – prezent
- Kinetoterapeut / Asistent medical generalist – Chiajna Medical Center – 2016 – 2019

Educație și formare

- Doctor în Științe ale educației (2023) – *Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Republica Moldova*
- Doctorand în Medicină – *Universitatea „Titu Maiorescu”, București* (2022 – prezent)
- Doctor Medic – *Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, București* (2012 – 2018)
- Master – Managementul activităților de educație fizică și sport – *Universitatea Ecologică București* (2015 – 2017)
- **Certificat de absolvire a Programului de formare Psihopedagogica** *Universitatea Ecologică București, Facultatea de Educație fizică și Sport* 2015
- **Certificat de absolvire Formator** *Ministerul Muncii, Familiei, Protecției Sociale și Persoanelor Vârștnice* 2013
- Licență – Kinetoterapie și Motricitate Specială – *Universitatea Ecologică București* (2012 – 2015)

Competențe personale

Competențe profesionale:

- **Kinetoterapie pediatrică și sportivă:** evaluare funcțională complexă, elaborarea și implementarea programelor de recuperare pentru copii și adolescenți, recuperare post-traumatică și postoperatorie, optimizarea performanței funcționale.
- **Medicină sportivă și pediatrie:** monitorizarea stării de sănătate a sportivilor copii și juniori, evaluarea capacității de efort, prevenția accidentărilor, supraveghere medicală în activitatea sportivă organizată.
- **Evaluare funcțională și biomecanică aplicată:** analiză antropometrică, evaluarea compoziției corporale, analiza biomecanică a mișcării, interpretarea parametrilor neuromusculari și cardiovasculari.
- **Profilaxia obezității și a afecțiunilor cardio-respiratorii:** proiectarea și aplicarea programelor de intervenție prin exercițiu fizic, educație nutrițională și stil de viață activ la copii și adolescenți.
- **Educație pentru sănătate și prim ajutor:** activități de educație pentru sănătate adresate copiilor, adolescenților și părinților; competențe în acordarea primului ajutor și intervenții de bază în situații de urgență.
- **Cercetare științifică aplicată:** elaborarea designului de cercetare, colectarea și analiza datelor, utilizarea metodelor statistice, redactarea și publicarea articolelor științifice în reviste internaționale indexate.
- **Capacitate avansată de organizare, coordonare și delegare,** dezvoltată prin activitatea de **medic coordonator al centrelor de copii și juniori în cadrul unor cluburi sportive de elită din România**, cu responsabilități în managementul echipelor multidisciplinare și optimizarea activităților medicale și de recuperare.

Competențe lingvistice: limba engleză – nivel avansat; limba franceză – nivel mediu.

Competențe digitale: Microsoft Office, SPSS.

Publicații științifice

LISTA COMPLETĂ A LUCRĂRILOR ȘTIINȚIFICE

I. Articole în reviste indexate ISI / Web of Science / Scopus

1. **Timnea-Florescu, A.-C.,** Dinulescu, A., Pavelescu, M.-L., et al. Short-Term Nutritional Supplementation Accelerates Creatine Kinase Normalization in Adolescent Soccer Players: A Prospective Study with Regression Analysis. *Applied Sciences (MDPI)*, 2026, vol. 16, art. 183. DOI: 10.3390/app16010183.

2. Iulia Ioana Stănescu Spînu, **Andreea-Consuela Timnea-Florescu**, Olivia Timnea, Bogdana Vîrgolici, Horia Vîrgolici, Adriana Dinu, Elvira Gagniuc. Vitamine supplementation alleviates lipid dysmetabolism and protects muscles from cortisol and high-fat diet effects in wistar rats. FARMACIA, 2025, Vol. 73, 5. DOI: 10.31925/farmacia.2025.5.14
3. **Timnea-Florescu, A.-C.** The Effect of Dietary Supplementation on Physical Performance in Adolescent Male Soccer Players Infected with SARS-CoV-2. Nutrients (MDPI), 2025, 17(3):527. DOI: 10.3390/nu17030527.
4. Stănescu, M., **Timnea, A.C.**, Ulăreanu, M.V., Potop, V. Postoperative Rehabilitation Using the Means of Fitness in the Ligamentoplasty of ACL Rupture in the Knee. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).
5. Timnea, O.C., Potop, V., **Timnea, A.C.**, Potop, L., Stănescu, M. Use of kinesiotherapy means for the rehabilitation of the S-shaped scoliosis. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).
6. **Timnea, A.C.**, Potop, L., Timnea, O.C., Potop, V., Jurat, V. Physiological Features of Obesity in Children and Adolescents. Journal of Physical Education and Sport, 2018 (Scopus).

II. Articole în reviste BDI / peer-review

1. **Timnea-Florescu, A.-C.** Physical Capacity After SARS-CoV-2 Infection in Adolescent Male Soccer Players: A Three-Month Follow-Up Study. Cureus – Journal of Medical Science, 2025.
2. **Timnea, A.C.** Evaluation of the somatic-functional parameters in 8–10-year-old football players. Ovidius University Annals – Physical Education and Sport / Science, Movement and Health, 2023.
3. **Timnea, A.C.**, Potop, V., Timnea, O.C. Analysis of body composition in football athletes aged 6–10. Ovidius University Annals – Science, Movement and Health, 2022.
4. Timnea, O.C., Cheran, C., Pacurar, D., **Timnea, A.C.**, Potop, L. Functional recovery by kinetic treatment of post-traumatic elbow dislocations. Science, Movement and Health, 2020.
5. Timnea, O.C., Potop, L., **Timnea, A.C.** Using kinesiotherapy programs in children with Down syndrome. Science, Movement and Health, 2018.
6. Timnea, O.C., Potop, L., **Timnea, A.C.** Kinesiotherapy After Ischemic Stroke. GYMNASIUM, 2019. DOI: 10.29081/gsjesh.2019.20.1s.09.

III. Lucrări în volume de conferințe internaționale

1. **Timnea, A.C.**, Potop, V., Timnea, O.C. Importance of Adjusting Physical Effort Parameters in 8–10-Year-Old Football Players Based on Cardiovascular Indices. International Scientific Conference – Actualities and Perspectives of Physical Education and Sport Sciences, 2022.

2. **Timnea, A.C.**, Potop, V., Timnea, O.C. Analiza comparativă și corelativă a relației dintre indicii antropometrici și ai compoziției corporale la fotbaliștii de 6–8 ani. Sport. Olimpism. Sănătate, Chișinău, 2022.

3. Timnea, A.C., Ionescu, A.N. Study on learning to pass the ball with the foot in football players aged 8–10. Actualities and Perspectives of Physical Education and Sport Sciences, 2021.

4. Timnea, O.C., Stănescu, A.M., Potop, L., **Timnea, A.C.** Kinetic Rehabilitation for Adults with Gonarthrosis. ICPEK 2018, EpSBS, vol. LV, 2019. DOI: 10.15405/epsbs.2019.02.46.

5. **Timnea, A.C.** Consolidation of technical elements of ball passing and development of motor skills in football players aged 10–12. Sport. Olimpism. Sănătate, 2019.

6. **Timnea, A.C.**, Potop, V., Timnea, O.C. Sports medical examination of morphofunctional features in karate athletes aged 7–10. Perspectives in Physical Education and Sport, 2019.

IV. Capitole de carte

1. Dobre, M.-Z., Virgolici, B., Timnea, O., **Timnea-Florescu, A.-C.**, Ștefan, D.C.A. From BMI to Waist Circumference: Advancing Pediatric Risk Stratification for Obesity-Related Cardiometabolic Disease. In: Body Mass Index in Clinical Practice, IntechOpen, în curs de publicare (2025).

2. Dobre, M.-Z., Virgolici, B., Ștefan, D.C.A., **Timnea-Florescu, A.-C.**, Timnea, O. Synergistic Role of Vitamins and Bioactive Compounds in Sea Buckthorn. In: Vitamins and Human Health, IntechOpen, 2025. DOI: 10.5772/intechopen.1009320.

Granturi de cercetare

- **Propunerea unor metode de evaluare a procesului de recuperare musculară și optimizarea acestuia prin administrarea suplimentelor adecvate și prin tehnici software**–Chiajna Medical Center rol-membru; 2025-prezent
- **Particularitățile adaptării organismului tinerilor fotbaliști la efortul fizic, motric și psihic în procesul pregătirii sportive**–Chiajna Medical Center rol-membru; valoare proiect: 125.000 lei; 2024-2025.
- **Beneficiile produsului sod natural în normalizarea creatinkinazei musculare și a enzimelor hepatice la sportivii de performanță**–Chiajna Medical Center rol-membru proiect; valoare proiect: 125.000 lei; 2022.
- **Reglarea parametrilor efortului fizic la fotbaliștii de 8–10 ani pe baza modificărilor indicilor cardiovasculari** – Dentirad Hospital Group, valoare proiect: 125.000 lei; rol: membru proiect. 2019-2022.

- **Cercetări privind îmbunătățirea performanțelor sportivilor (hochei pe iarbă, fotbal) prin optimizarea parametrilor cardiovasculari și neuromusculari**-Chiajna Medical Center rol-membru proiect; valoare proiect: 125.000 lei; 2018-2020.
- **Propunerea unor modalități de estimare a severității NAFPD, pe baza unor markeri biologici, la copii obezi**-Chiajna Medical Center rol-membru proiect. 2017-2018.

Proiecte:

- *Proiect Erasmus+ Saving Lives: First Aid for Sport Teachers and Coaches 2025-1-RO01-KA220-VET000354198 OID: E10383411* 2025-prezent, Chiajna Medical Center-asistent manager.

Departamentul: Educație fizică, sport și kinetoterapie

Disciplinele: Kinetoterapia în pediatrie, Igiena și dopajul în sport, Biomecanică aplicată în sport, Educație pentru sănătate și prim ajutor, Anatomia funcțională a sistemului neuromuscular, Profilaxia în obezitate și afecțiunile cardio-respiratorii.

Domeniul: Educație fizică, sport și kinetoterapie

Post publicat în Monitorul Oficial al României, Partea a III-a, nr. 371 din data 27.11.2025, poziția 19

LISTA DE LUCRĂRI

Candidat (nume, inițială, prenume) : **Timnea-Florescu Andreea-Consuela**, doctor în (domeniul/specializarea) Științe ale educației, specializarea Științe sociale și economice din (anul) 2024, deținător al titlului didactic de /din anul /

1. **Lista lucrărilor științifice** (maxim 10) considerate de candidat ca fiind cele mai relevante pentru realizările profesionale proprii, conform prevederilor din *Metodologia de concurs privind ocuparea posturilor didactice și de cercetare în Universitatea Româno-Americană*, aprobată de Senat, potrivit legii. Lucrările prezentate se pot regăsi și în celelalte categorii din prezenta listă de lucrări.

1. **Timnea-Florescu, A.-C.**, Dinulescu, A., Pavelescu, M.-L., et al. *Short-Term Nutritional Supplementation Accelerates Creatine Kinase Normalization in Adolescent Soccer Players: A Prospective Study with Regression Analysis*. Applied Sciences (MDPI), 2026, vol. 16, art. 183. DOI: 10.3390/app16010183.
2. Iulia Ioana Stănescu Spînu, **Andreea-Consuela Timnea-Florescu**, Olivia Timnea, Bogdana Vîrgolici, Horia Vîrgolici, Adriana Dinu, Elvira Gagniuc. *Vitamine supplementation alleviates lipid dysmetabolism and protects muscles from cortisol and high-fat diet effects in wistar rats*. FARMACIA, 2025, Vol. 73, 5. DOI: 10.31925/farmacia.2025.5.14
3. **Timnea-Florescu, A.-C.** *The Effect of Dietary Supplementation on Physical Performance in Adolescent Male Soccer Players Infected with SARS-CoV-2*. Nutrients (MDPI), 2025, 17(3):527. DOI: 10.3390/nu17030527.
4. Stănescu, M., **Timnea, A.C.**, Ulăreanu, M.V., Potop, V. *Postoperative Rehabilitation Using the Means of Fitness in the Ligamentoplasty of ACL Rupture in the Knee*. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).
5. Timnea, O.C., Potop, V., **Timnea, A.C.**, Potop, L., Stănescu, M. Use of kinesiotherapy means for the rehabilitation of the S-shaped scoliosis. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).
6. **Timnea, A.C.**, Potop, L., Timnea, O.C., Potop, V., Jurat, V. Physiological Features of Obesity in Children and Adolescents. Journal of Physical Education and Sport, 2018 (Scopus).
7. **Timnea-Florescu, A.-C.** Physical Capacity After SARS-CoV-2 Infection in Adolescent Male Soccer Players: A Three-Month Follow-Up Study. Cureus – Journal of Medical Science, 2025.
8. **Timnea, A.C.** Evaluation of the somatic-functional parameters in 8–10-year-old football players. Ovidius University Annals – Physical Education and Sport / Science, Movement and Health, 2023.
9. **Timnea, A.C.**, Potop, V., Timnea, O.C. Analysis of body composition in football athletes aged 6–10. Ovidius University Annals – Science, Movement and Health, 2022.
10. Timnea, O.C., Cheran, C., Pacurar, D., **Timnea, A.C.**, Potop, L. Functional recovery by kinetic treatment of post-traumatic elbow dislocations. Science, Movement and Health, 2020.

2. **Teza(-ele) de doctorat (T1, T2, etc.)**

T1. Doctor în Științe ale educației (2023) – *Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Republica Moldova*; cu titlul „Reglarea parametrilor efortului fizic la fotbaliștii de 6-8 ani în baza indicilor cardiovasculari”.

T2. Doctorand în Medicină – *Universitatea „Titu Maiorescu”, București* (2022 – prezent)

3. Cărți publicate (Ca1, Ca2 etc.) în edituri recunoscute naționale și/sau internaționale, **îndrumare publicate (I1, I2 etc.), capitole publicate în volume colective, capitole teoretice redactate (D1, D2 etc.),** prin care se aduc contribuții la dezvoltarea activităților didactice/profesionale

4. Cărți de specialitate (Cb1, Cb2 etc.) publicate în edituri recunoscute naționale și/sau internaționale, **articole/studii (Ri1, Ri2 etc.)** publicate in extenso în reviste de specialitate de circulație internațională (reviste cotate ISI sau indexate în baze de date internaționale specifice domeniului), **articole/studii (Vi1, Vi2 etc.)** in extenso publicate în volumele unor manifestări științifice internaționale recunoscute din țară și din străinătate (cu ISSN/ISBN), precum și **alte lucrări similare**, respectiv: **articole/studii (Rn1, Rn2, etc.)** publicate in extenso în reviste de specialitate de circulație națională și internațională recunoscute CNCIS, **articole/studii (Vn1, Vn2 etc.)** publicate in extenso în volumele unor manifestări științifice naționale, naționale cu participare internațională și internaționale (cu ISSN/ISBN), **lucrări (E1, E2 etc.)** prezentate la diferite seminarii/expoziții, inovații etc., după caz, prin care se aduc contribuții la dezvoltarea domeniului postului scos la concurs.

Cb1. Dobre, M.-Z., Virgolici, B., Timnea, O., **Timnea-Florescu, A.-C.**, Ștefan, D.C.A. From BMI to Waist Circumference: Advancing Pediatric Risk Stratification for Obesity-Related Cardiometabolic Disease. In: *Body Mass Index in Clinical Practice*, IntechOpen, în curs de publicare (2025).

Cb2. Dobre, M.-Z., Virgolici, B., Ștefan, D.C.A., **Timnea-Florescu, A.-C.**, Timnea, O. Synergistic Role of Vitamins and Bioactive Compounds in Sea Buckthorn. In: *Vitamins and Human Health*, IntechOpen, 2025. DOI: 10.5772/intechopen.1009320.

Ri1. Timnea-Florescu, A.-C., Dinulescu, A., Pavelescu, M.-L., et al. *Short-Term Nutritional Supplementation Accelerates Creatine Kinase Normalization in Adolescent Soccer Players: A Prospective Study with Regression Analysis*. Applied Sciences (MDPI), 2026, vol. 16, art. 183. DOI: 10.3390/app16010183.

Ri2. Iulia Ioana Stănescu Spînu, **Andreea-Consuela Timnea-Florescu**, Olivia Timnea, Bogdana Virgolici, Horia Virgolici, Adriana Dinu, Elvira Gagniuc. *Vitamine supplementation alleviates lipid dysmetabolism and protects muscles from cortisol and high-fat diet effects in wistar rats*. FARMACIA, 2025, Vol. 73, 5. DOI: 10.31925/farmacia.2025.5.14

Ri3. Timnea-Florescu, A.-C. *The Effect of Dietary Supplementation on Physical Performance in Adolescent Male Soccer Players Infected with SARS-CoV-2*. Nutrients (MDPI), 2025, 17(3):527. DOI: 10.3390/nu17030527.

Ri4. Stănescu, M., **Timnea, A.C.**, Ulăreanu, M.V., Potop, V. *Postoperative Rehabilitation Using the Means of Fitness in the Ligamentoplasty of ACL Rupture in the Knee*. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).

Ri5. Timnea, O.C., Potop, V., **Timnea, A.C.**, Potop, L., Stănescu, M. Use of kinesiotherapy means for the rehabilitation of the S-shaped scoliosis. Journal of Physical Education and Sport, 2019 (Scopus).

Ri6. Timnea, A.C., Potop, L., Timnea, O.C., Potop, V., Jurat, V. Physiological Features of Obesity in Children and Adolescents. Journal of Physical Education and Sport, 2018 (Scopus).

5. Proiecte de cercetare-dezvoltare obținute prin competiție, naționale (Pn1, Pn2 etc.) și/sau internaționale (Pi1, Pi1 etc.)

Pn1. Propunerea unor metode de evaluare a procesului de recuperare musculară și optimizarea acestuia prin administrarea suplimentelor adecvate și prin tehnici software-Chiajna Medical Center rol-membru; 2025-prezent

Pn2. Particularitățile adaptării organismului tinerilor fotbaliști la efortul fizic, motric și psihic în procesul pregătirii sportive-Chiajna Medical Center rol-membru; valoare proiect: 125.000 lei; 2024-2025.

Pn3. Beneficiile produsului sod natural în normalizarea creatinkinazei musculare și a enzimelor hepatice la sportivii de performanță-Chiajna Medical Center rol-membru proiect; valoare proiect: 125.000 lei; 2022.

Pn4. Reglarea parametrilor efortului fizic la fotbaliștii de 8–10 ani pe baza modificărilor indicilor cardiovasculari – Dentirad Hospital Group, valoare proiect: 125.000 lei; rol: membru proiect. 2019-2022.

Pn5. Cercetări privind îmbunătățirea performanțelor sportivilor (hochei pe iarbă, fotbal) prin optimizarea parametrilor cardiovasculari și neuromusculari-Chiajna Medical Cente rol-membru proiect; valoare proiect: 125.000 lei; 2018-2020.

Pn6. Propunerea unor modalități de estimare a severității NAFPD, pe baza unor markeri biologici, la copii obezi-Chiajna Medical Center rol-membru proiect. 2017-2018.

6. Alte proiecte (POSDRU, PHARE, cu mediul de afaceri etc.)

1. *Proiect Erasmus+ Saving Lives: First Aid for Sport Teachers and Coaches 2025-1-RO01-KA220-VET000354198 OID: E10383411* 2025-prezent, Chiajna Medical Center-asistent manager.

Data: 16.01.2026

Candidat,

NOTĂ:

1. Fiecare lucrare se va menționa conform structurii:

- Indicativul (Ca1, I1, Cb1 etc.) scris cu bold doar la lucrările realizate după acordarea ultimului titlu didactic/grad profesional, după caz.
- Numele autorilor în ordinea și forma înscrise în publicație, marcat cu bold numele candidatului.
- Titlul lucrării scris italic
- Editura/revista/manifestarea/etc. la care a fost publicată/susținută lucrarea
- Numărul de pagini din publicație în care este expusă lucrarea (pp. de la – până la pp.), numărul total de pagini pg., numărul de pagini care reprezintă contribuția candidatului sau alte elemente similare, după caz.
- Anul publicării
- ISSN / ISBN
- Baza de date în care este indexată lucrarea, adresa bazei de date, factorul de impact și altele asemenea (după caz)
- Cotația CNCSIS, după caz

2. La proiectele de cercetare, se vor menționa, în ordine:

- Programul
- Sursa de finanțare
- Titlul proiectului
- Numărul și data contractului
- Volumul finanțării
- Perioada finanțării
- Funcția deținută de candidat în cadrul proiectului

3. În cadrul fiecărui grup de lucrări (Ca1, Ca2, Cb1, Cb2, I1, I2 etc.), lucrările se consemnează în ordine invers cronologică.