



ALEXANDRA TUFĂ

DESPRE MINE

Kinetoterapeut cu o experiență de peste 12 ani, m-am specializat de mai bine de 8 ani în ramura reeducării perineale datorită interesului din ce în ce mai crescut, atât în rândul pacienților cât și medicilor de specialitate. Femeia din societatea actuală pune foarte mare accentul pe calitatea vieții de aceea și interesul, de numai câțiva ani, asupra perineului.

STUDIILE PENTRU CARE SE CANDIDEAZĂ:

Susținere publică teză de doctorat Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București - conducător științific: prof.univ.dr. Silvia Teodorescu

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2024 - ÎN CURS București, România

FORMATOR ÎN REEDUCAREA PELVI-PERINEALĂ ÎN DISFUNCTIILE URO-GINECOLOGICE STEP BY STEP EDUCATION

- Organizarea și planificarea conținutului prezentării
- Dezvoltarea conținutului: informația relevantă, informația utilă
- Construirea relației cu participanții
- Realizarea activităților de formare
- Evaluarea participanților la formare
- Aplicarea metodelor și tehnicilor speciale de formare
- Marketing-ul formării
- Evaluarea, revizuirea și asigurarea calității programelor și stagiilor de formare

2023 - ÎN CURS Nantes, Franța

FORMATOR ÎN PERFECȚIONAREA REEDUCĂRII PERINEALE SISSEL FRANCE

- Organizarea și planificarea conținutului prezentării
- Dezvoltarea conținutului: informația relevantă, informația utilă
- Construirea relației cu participanții
- Realizarea activităților de formare
- Evaluarea participanților la formare

2019 - ÎN CURS Mions, Franța

KINETOTERAPEUT MANAGER CABINET KINETOTERAPIE KALTA

-Crearea și implementarea cabinetului de kinetoterapie liberal cu respectarea prevederilor legale din domeniul încât și aplicarea normelor persoanelor cu dizabilități

-Dotarea necesară funcționării unui cabinet de kinetoterapie și gimnastică

medicală

-Asigurarea unei derulari optime a proiectului din punct de vedere legal și administrativ
-Intocmirea convenției de asociere cu casa de asigurări și cu asigurările private.

-Respectarea normelor de igienă

-Management/ leadership echipă

-Comunicare și relaționare cu cadrele medicale din rețeaua medicală sud-lioneză

-Formarea și evaluarea stagiilor în kinetoterapie

-Colaborarea cu Facultatea Vasile Alecsandri, Bacău în vederea efectuării stagiilor practice în kinetoterapie a studenților români în Franța în cadrul programului Erasmus

-Elaborarea planului terapeutic pe etape pentru tratamentele individuale și în grupe omogene a pacienților cu deficiențe, pe baza indicațiilor medicului;

-Întocmirea protocoalelor de recuperare în domeniile: fizioterapie, traumatologie, pediatrie, geriatrie, uro-ginecologie etc

-Adaptarea tratamentului de recuperare în funcție de evoluția pacientului.

2012 - 2019 Venissieux, Franța

KINETOTERAPEUT CABINET KINESITHERAPIE DANEL

-Elaborarea planul terapeutic pe etape pentru tratamentele individuale și în grupe omogene a pacienților cu deficiențe, pe baza indicațiilor medicului;

-Întocmirea protocoalelor de recuperare în domeniile: fizioterapie, traumatologie, pediatrie, geriatrie, uro-ginecologie etc

-Adaptarea tratamentului de recuperare în funcție de evoluția pacientului.

● **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

10/2020 - ÎN CURS București, România

DOCTORAT UNEFS- PRE-SUSȚINERE 30 FEBRUARIE 2024 - TITLUL TEZEI: "ROLUL KINETOTERAPIEI ÎN CREȘTEREA CALITĂȚII VIEȚII FEMEILOR CU INCONTINENȚĂ URINARĂ PRIN METODE DE REEDUCARE PERINEALĂ"-

CONDUCĂTOR ȘTIINȚIFIC: PROF.UNIV.DR. SILVIA TEODORESCU Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București

2021 - 2022 LYON, Franța

DIPLOMĂ UNIVERSITARĂ - SPECIALIZARE ÎN PERINEOLOGIE Universitatea Claude Bernard Lyon 1

2015 - 2016 Montpellier, Franța

MASTER 2 - MANAGEMENT, RESPONSABIL ÎN INGINERIA SISTEMELOR DE ORGANIZARE Universitatea Paul Valery Montpellier 3

2008 - 2011 Galați, România

LICENȚĂ ÎN KINETOTERAPEIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ Universitatea Dunărea de Jos

06/2022 - 11/2022 Creteil , Franța

CREAREA ȘI DEZVOLTAREA UNEI ACTIVITĂȚI DE FORMARE Webmarketing

02/2021 Paris, Franța

REEDUCAREA PERINEALĂ - UROLOGIE BĂRBAȚI Formation Ambroise Pare

11/2020 Marseille, Franța

REEDUCAREA PELVI-PERINEALĂ LA FEMEI, BĂRBAȚI ȘI COPII Formation DPC EREVO

2014 PARIS, Franța

REEDUCAREA URO-GINECOLOGICĂ ONREK PARIS

2019 Lyon, Franța

DRY NEEDLING- TRIGGER POINTS PAPL Formations

2017 LYON , Franța

THERAPIE VISCERALĂ ITSM LYON

2014 Paris, Franța

THERAPIE K-TAPING Kine Formations

2013 Paris , Franța

THERAPIE MANUALĂ ÎN SPORT Kine Formations

● **COMPETENȚE LINGVISTICE**

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIVNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
FRANCEZĂ	C2	C2	C1	C2	C1

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
ENGLEZĂ	B2	B2	B1	B1	B1

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

COMPETENȚE DIGITALE

Cunoașterea bună a pachetului Microsoft Office (în special Excel, Word, PowerPoint)

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

PUBLICAȚII

“Physiotherapy exercise protocol of pelvic floor muscles for young female athletes with urinary incontinence” – 2022
<https://doi.org/10.35189/dpeskj.2022.61.3.2>

Tufă A, Teodorescu S. - Physical Education, Sport and Kinetotherapy Journal

“Physiotherapy Management of Urinary and Fecal Incontinence in a Nulliparous Young Athlete Treatment. A Case Report”

– 2023

DOI: 10.26717/BJSTR.2023.52.008250

Tufă A, Teodorescu S, Biomedical Journal of Scientific & Technical Research (BJSTR)

“The importance of physical therapy in increasing the quality of life of women with urinary incontinence through static and dynamic reeducation methods”

– 2023

DOI: 10.26717/BJSTR.2023.53.008337

Tufă A, Teodorescu S, Biomedical Journal of Scientific & Technical Research (BJSTR)

“Vaginismus and perineal rehabilitation” – 2024

Publicare în curs

PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: B

CONFERINȚE ȘI SEMINARE

2021 – București

International Congress of Education, Health and Human Movement (ICEHHM), National University of Physical Education and Sports from Bucharest “PHYSIOTHERAPY EXERCISE PROTOCOL OF PELVIC FLOOR MUSCLES FOR YOUNG FEMALE ATHLETES WITH URINARY INCONTINENCE”-Tufă A.,Teodorescu S.

2023 – București

International Congress of Education, Health and Human Movement (ICEHHM), National University of Physical Education and Sports from Bucharest “VAGINISMUS AND PERINEAL REHABILITATION” - Tufă A. Teodorescu S.
