



## Lista de lucrări

### Drd. Maior Raluca

- **Cărți publicate:**

Ruța F., **Maior R.**, Avram C., Nașca C., Nyulas V., “Bazele nutriției și dieteticii. Ghid Practic.”, sub redacția conf. dr. Ruța Florina, editura University Press Târgu-Mureș, 2025, format A4, 191 pg, ISBN 978-973-169-915-8

#### **A. Lucrări științifice de specialitate publicate in extenso în reviste cotate ISI cu factor de impact (FI): 2024-2025**

1. Farcas D, Cerghizan A, **Maior R**, Mîndrilă A.C, Tarcea M, CONUT Score as a predictor of mortality risk in acute and chronic heart failure: A meta-analytic review.Nutrients 2025, Manuscript ID: nutrients-3645591 mai 2025 **Co-autor**
2. **Maior R**, Avram C, Suciu S, Avram L, Ruța F, Potable water. Consumption preferences among the population of Mureș County, Romania.PESD Present Environment and Sustainable Development, volume 19.1/2025-June 2025 **Prim autor**
3. Ruta F, Pribac M, Mardale E, Suciu S, **Maior R**, Bogdan S, Avram C. Associations between Gut Microbiota Dysbiosis and Other Risk Factors in Women with a History of Urinary Tract Infections. Nutrients 2024, 6(11):1753. **Co-autor**

#### **4. Lucrări științifice de specialitate publicate in extenso în reviste cotate BDI: 2021-2024**

1. **Maior R**, Ruta F. Efectul dietei, al antrenamentului fizic asistat și al remodelării corporale asupra pierderii în greutate-studiu de caz. Medic.ro 2024, 3(3): 16-20 DOI: 10.26416/Diet.3.3.2024-prim-autor
2. Ruta F, Avram C, **Maior R**. Physico-Chemical and Microbiological Differences between Mains and Bottled Water, in an Area in the Central Area of Romania. International



Journal of Environmental Research and Public Health 2023, 20(2):1115, eISSN 1660-4601, FI: 4,614, -autor principal

3. **Maior R**, Ruța FD, Orban E. Dieta – parte integrantă a tratamentului patologiei digestive. Medic.ro 2022, 4(148):34, ISSN 1584-3513, autor principal, at <https://www.ebsco.com/m/ee/Marketing/titleLists/a9h-journals.htm>
4. Ruța FD, Rus V, Popșa R, **Maior R**, Sofia Hărșan TF, Avram C. Importanța alimentației bazate pe alimente vegetale integrale (ABAVI). Medic.ro 2022, 2(146):12, ISSN 1584-3513.
5. Popșa R, Rus V, Avram , **Maior R**, Hărșan ST, Golea C, Ruța FD. Factorii de risc în alimentația și stilul de viață pe perioada sarcinii la un lot de femei din sudul României. Medic.ro 2022, 1(145):12, ISSN 1584-3513.
6. Ruța F, Avram C, Potcoavă C, Șipoș RS, **Maior R**, Golea C, Rus V. Medicina culinară- importanță și beneficii. Medic.ro 2021, nr. 144(6):48, ISSN 1584-3513, at <https://www.ebsco.com/m/ee/Marketing/titleLists/a9h-journals.htm>
7. Ruța F, Șipoș RS, **Maior R**, Hărșan ST, Rus V, Avram C. Efectele suplimentării cu micronutrienți în perioada de sarcină. Medic.ro 2021, 140(2):18, ISSN 1584-3513, <https://www.ebsco.com/m/ee/Marketing/titleLists/a9h-journals.htm>
8. **Maior R**, Ruța FD, Șipoș RS. Rolul dietei autoimune paleo (AIP) în tratarea bolii Hashimoto (tiroidita cronică limfocitară). Medic.ro 2021, 1(139):34, ISSN 1584-3513, prim-autor <https://www.ebsco.com/m/ee/Marketing/titleLists/a9h-journals.htm>
- 9 **Maior R**, Ruta F, *Efectul dietei, al antrenamentului fizic asistat și al remodelării corporale asupra pierderii în greutate-studiu de caz*. Medic.ro 2024, Nr. 3 (3) 2024 • DOI: 10.26416/Diet.3.3.2024,

## 5. Membru în colective redacționale ale unor reviste

- Revista B+ *The Romanian Journal of Nutrition* - 2025



## **6. Prezentări invitate la manifestări științifice naționale și internaționale**

1. Workshop Ciupercile comestibile -utilizari terapeutice si gastrotehnie, 12-14 iulie 2024, Sovata
2. Conferința Nationala a Colegiului Dieteticienilor din România 2024, 21-22 iunie, Timișoara, Nutriția clinică și rolul dieteticianului în echipa multidisciplinară, Romania
3. Conferința Nationala a Colegiului Dieteticienilor din Romania 2024 ediția a II-a, 7-8 noiembrie 2024, Evoluția profesională a dieteticianului: de la practica clinică la succesul antreprenorial, Simpozion Zenyth - „Vitamina D3 și Magneziul: Cele mai frecvente deficite nutriționale
4. Conferința Dietetician.ro Nutriția Sănătoasă, un echilibru între nevoie și plăcere, 15 noiembrie 2022, Târgu Mureș
5. Webinar Rolul echipei multidisciplinare în eficientizarea actului medical, 15.11.2022, Târgu-Mureș, 03.11.2022
6. Webinar Microbiomul intestinal uman, notiuni fundamentale, diagnostic, terapie Bucuresti 20.04.2024, exclusiv online
7. Webinar Microbiomul intestinal uman, notiuni fundamentale, diagnostic, terapie Bucuresti , 25.05.2024, sistem hibrid, online si onsite
8. Webinar Microbiomul intestinal uman, notiuni fundamentale, diagnostic, terapie Bucuresti 15.06.2024, onsite
9. Conferința Internațională Marisiensis 04-08 mai 2022-Studiul privind conținutul și consumul apei potabile în Târgu-Mureș
10. Conferința Nationala a Colegiului Dieteticienilor din Romania 2025 ediția a III-a, 23-24 mai 2025, Abordări multidisciplinare în nutriție și dietetică, lector Microbiomul vorbește. Autoimunitatea ascultă. Rescrierea regulilor pentru sănătate
11. Conferința Națională a Studenților Dieteticieni, Evaluarea asocierii dintre sindromul de intestin și disbioză la un lot de femei, 8-9 martie 2024, Ediția a II-a, Universitatea Ștefan cel Mare, Suceava, Facultatea de Medicină și Științe Biologice



- **Granturi și Proiecte:**

- Beneficiar în proiectul „Junior Business Academy” (POCU/829/6/13/141809), UMFST Târgu Mureș (feb-iun 2022), prin care s-a înființat Clinica Nutricare Anti-Aging.
- Proiecte naționale în colaborare cu Primaria Târgu-Mureș:
- **Proiect 1** seminarii educative și promovare a unui stil de viață sănătos la școlile gimnaziale și liceele din oraș. 25.10.2023-01.03.2024
- **Proiect 2** Servicii de nutriție pentru școlile cu cantine 29.04-30.12.2024
- **Proiect 3** Servicii de nutriție pentru școli gimnaziale și licee 30.04.2025-30.10.2025

## **7. Stagiu de mobilitate în străinătate-Erasmus**

- Institutul de Neuropatologie, JMU Würzburg, Germania (01 iulie-31 august 2021).