

Pascu Adrian Eduard

Fizioterapeut EDPP • Terapeut manual ortopedic OMT • Terapeut ISST Schroth

Fondator Brainly Physio • Cofondator WellMassage

București, România | pascu.aeduard@yahoo.com | brainlyphysio.ro

Profil profesional

Fizioterapeut cu experiență în recuperarea musculoscheletală, educația în domeniul durerii și formarea profesională. Parcursul meu îmbină practica clinică, coordonarea unei echipe de recuperare și susținerea de cursuri și prezentări pentru colegi. Promovez o abordare bazată pe dovezi, adaptată obiectivelor și contextului fiecărui pacient.

Experiență profesională și proiecte

Renew Institute of Health — Fizioterapeut și coordonator al echipei de recuperare

Experiență în coordonarea echipei de recuperare pentru adulți și pediatrie, organizarea întâlnirilor profesionale, evaluarea competențelor și susținerea dezvoltării colegilor, alături de activitatea clinică.

Terapie pentru Mișcare — Fizioterapeut | 2020–2025

Evaluarea și recuperarea pacienților cu afecțiuni musculoscheletale; integrarea exercițiului terapeutic, terapiei manuale și educației în intervenții individualizate.

Brainly Physio — Fondator | din 2023

Dezvoltarea unui proiect educațional dedicat fizioterapiei bazate pe dovezi: articole, podcasturi, cursuri și evenimente profesionale. Coordonarea și sprijinirea colaboratorilor în realizarea materialelor educaționale.

WellMassage — Cofondator cabinet de masaj

Implicare în dezvoltarea cabinetului și în activitatea de masaj de relaxare și terapeutic.

Reflexovital București și Rockford Kinesiology România — Formator | din 2023

Susținerea cursurilor de calificare și specializare în masaj în cadrul Reflexovital și a cursurilor Rockford Kinesiology Concept în cadrul Rockford Kinesiology România.

Experiență anterioară: terapeut maseur, Max Relax (2018–2019); director regional București, Asociația de Masaj și Terapii Complementare (2022–2024).

Studii universitare

2019–2021 | Master în Recuperare și Reeducare Motrică și Somato-Funcțională, UNEFS București.

2016–2019 | Studii de licență în fizioterapie, UNEFS București.

Diplome și formări internaționale

EDPP — European Diploma in Pain Physiotherapy | 2026

Diplomă acordată de European Pain Federation EFIC, în domeniul managementului durerii pentru fizioterapeuți.

OMT — Terapie manuală ortopedică | 2021-2022

Formare Kinetodidactica – OMTRO, conform standardelor IFOMPT.

ISST Schroth | 2025

Formare în abordarea scoliozei prin metoda ISST Schroth; modulul I urmat în 2024.

Formare continuă selectată

- The Painful Shoulder Course — Adam Meakins (2024); The Shoulder Course — Jeremy Lewis (2022).
- Mulligan Concept (2022); facilitare neuromusculară proprioceptivă PNF (2021).
- Steaguri roșii, patologie spinală serioasă și sisteme de gândire (2019).
- Rockford Kinesiology Concept, modulul II (2024); formări în IASTM, trigger points, flossing și taping.
- Mobilizarea țesutului moale — Kinetodidactica (2023); masaj Deep Tissue — Reflexovital (2022).
- Massage Therapy of the Future — International Massage Association (2023); masaj suedez — Khaled Shehada (2023).
- Alte formări: terapia 3D a scoliozei, recuperare cardiovasculară, terapie TECAR, prim ajutor, calificare tehnician maseur și curs de formator.

Activitate de lector și educație profesională

Prezentări și intervenții în cadrul conferințelor și evenimentelor profesionale, inclusiv în 2026. Selecție de evenimente la care am participat ca lector:

- Zilele Spitalului Clinic de Recuperare Iași — 2024.
- Conferința Națională de Ortopedie și Recuperare Sportivă — 2023 și 2024.
- Forumul Recuperării Fizice Medicale, Chișinău — 2021.
- Congresul OMTRO — 2021.
- International Congress of Education, Health and Human Movement — 2021.

Lucrări și contribuții scrise

Lucrări și articole cu teme: asocierea durerii de spate cu hernia de disc; inhibiția musculară de cauză artroгенă în practica fizioterapeutică; impactul efortului fizic asupra sistemelor cardiovascular și respirator. Articole educaționale publicate prin Brainly Physio.

Lucrare de disertație: „Argumente cu privire la asocierea dintre sindromul dureros și hernia de disc”. Lucrare de licență: „Tratamentul complex al obezității”.

Distincții și competențe complementare

Campion național la masaj terapeutic — Campionatul Național de Masaj România, 2023.

Limbi: română — maternă; engleză — nivel B2 (autoevaluare). Competențe digitale: ECDL și utilizarea instrumentelor Microsoft Office.