Todos os interessados podem solicitar uma reunião presencial ou online com a coordenação desta pós-graduação – use os contactos para agendar.

UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA · PORTO

PÓS-GRADUAÇÃO

3.ª EDIÇÃO

Nutrição, Psicologia e Saúde

Uma abordagem integrada

O contributo de leituras interdisciplinares

Focar nas Soluções

Candidate-se

Qual a estrutura?

- 20 créditos ECTS
- 6 meses (120 horas)
- Início a 16 de novembro de 2026
- Aulas às terças e quintas das 17h30 às 20h30
- Presencial, em português

Como saber mais?

Escola Superior de Biotecnologia
Universidade Católica Portuguesa

Rua Diogo Botelho 1327
4169-005 Porto

932 011 541 (chamada para rede móvel nacional)
também via ou

biotecnologia@ucp.pt

youtube.com/biotecnacatolica

linkedin.com/school/esb-ucp/

www.esb.ucp.pt/pg-nps

CATÓLICA ESCOLA SUPERIOR DE BIOTECNOLOGIA PORTO

CATÓLICA FACULDADE DE EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA PORTO



A FEP – Faculdade de Educação e Psicologia e a ESB – Escola Superior de Biotecnologia, ambas no campus da Universidade Católica no Porto, estão particularmente vocacionadas para a interação e desenvolvimento de uma abordagem harmoniosa e holística de sucesso perante os desafios individuais e sociais onde a alimentação cria dissonâncias tanto quanto abre caminhos para soluções.

A ligação entre Nutrição e Psicologia é indiscutível. A escolha dos alimentos, seja para consumo próprio ou enquanto prescrição, está longe de ser uma decisão isolada e baseada apenas em fatores biológicos objetivos: também é determinada por condicionantes psicossociais. Por outro lado a ciência evidencia o papel dos alimentos enquanto promotores de bem-estar e estilos de vida saudáveis mas demonstra igualmente o comportamento alimentar como fator de risco para perturbações mentais. São precisas respostas que nenhuma área do conhecimento consegue fornecer individualmente.

Porquê esta pós-graduação?

Nesta pós-graduação aprofundam-se as inter-relações existentes entre as ciências da nutrição, que estudam o impacto da alimentação e da nutrição na saúde, e a psicologia, que analisa os processos mentais e comportamentos de indivíduos e grupos. Esta combinação permite uma abordagem à saúde, bem-estar e estilos de vida saudáveis firmemente centrada no todo complexo que é cada pessoa.

O programa modular impulsiona o enquadramento dos conhecimentos científicos atuais no âmbito do exercício profissional especializado que decorre diariamente nas instituições de saúde públicas e privadas, escolas, instituições particulares de solidariedade social e empresas (e tantos outros locais) com crianças, jovens, adultos e idosos.

Quais os conteúdos?

O plano de estudos distribui-se por sete módulos e um trabalho final. As aulas são compostas por sessões teóricas e teóricas-práticas. Além dos conceitos introdutórios os temas abrangidos incluem: intervenções personalizadas e participadas em nutrição e psicologia; eixo cérebro-intestino e saúde mental; alimentação, comportamento e humor; cronobiologia e alimentação; comunicação em saúde e marketing alimentar; e aplicação da inteligência artificial na intervenção nutricional e psicológica.

Quais os destinatários?

Esta formação destina-se a licenciados em Psicologia, Dietética, Nutrição e Dietética ou Ciências da Nutrição e ainda a outros profissionais de saúde que desejam ampliar conhecimentos na interface da psicologia com a nutrição. A adequação do perfil dos candidatos está sujeita a avaliação por parte da coordenação.

Quem coordena?

Elisabete Pinto



É professora auxiliar na ESB e integra o seu centro de investigação. Doutorou-se em saúde pública e desenvolve projetos nas áreas de epidemiologia nutricional, sustentabilidade alimentar, saúde pública e nutrição no ciclo de vida.

Bárbara Cesar Machado



É professora auxiliar da FEP e integra o seu centro de investigação. Doutorou-se em psicologia clínica e tem desenvolvido investigação no âmbito das perturbações do comportamento alimentar, perturbações da alimentação na infância, psicopatologia do desenvolvimento, epidemiologia e etiopatologia e comportamentos multi-impulsivos.