Debate: “Emoções, Saúde e Bem-estar”

11 Fevereiro, 2026

Emoções, neurodiversidade e tecnologia em debate na Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica, a 13 de fevereiro.

Serão discutidas ideias para promover a saúde emocional, o bem-estar psicológico e a transformação da sociedade.

“Emoções, Saúde e Bem-estar” é o tema da 3.ª edição do Seminário organizada pelos estudantes do Doutoramento em Psicologia: Emoções e Bem-Estar da Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa (FCH-Católica).

O evento realiza-se a 13 de fevereiro de 2026 e contará com a presença de especialistas internacionais de referência, nomeadamente: Shigehiro Oishi, investigador destacado pelo seu trabalho sobre cultura, ecologia social e bem-estar, e Himangana Gupta, da United Nations University – Institute for the Advanced Study of Sustainability (UNU-IAS), especialista em políticas climáticas, biodiversidade e abordagens comunitárias para enfrentar desafios ambientais globais. De entrada livre, o Seminário decorrerá entre as 09h30 e as 18h30, na Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa.

A edição de 2026 centra-se em três grandes eixos temáticos: **emoção e bem-estar**, explorando abordagens psicológicas, sociais e culturais; **inteligência artificial e ligações humanas**, analisando o impacto da inovação tecnológica nas relações e na saúde emocional; e **neurodiversidade e resiliência**, com enfoque em práticas inclusivas e estratégias de regulação emocional em contextos de mudança e adversidade.

Professor de Psicologia Social na University of Virginia e professor visitante na Columbia University, **Shigehiro Oishi** tem contribuído para a compreensão do impacto da desigualdade, da comunidade e do ambiente na felicidade humana. Na sua intervenção, **irá partilhar reflexões resultantes de décadas de investigação sobre a forma como os contextos sociais, culturais e ambientais moldam o bem-estar e a vida emocional coletiva**, abordando ainda o papel da arte, do desporto e da cultura na construção da identidade e do florescimento humano, num mundo em rápida transformação.

Com quase uma década de experiência interdisciplinar, a investigadora **Himangana Gupta** foi membro da *National Communication Cell* do Ministério do Ambiente, Florestas e Alterações Climáticas da Índia e *autora destacada* do *Nexus Assessment Report* da Intergovernmental Platform on Biodiversity and Ecosystem Services (IPBES). No seminário, apresentará a sua **investigação sobre perspetivas indígenas intercontinentais de bem-estar, sublinhando a importância do conhecimento das comunidades locais e das práticas culturais na promoção do bem-estar e na resposta à degradação ambiental.**

Criado como um espaço de aprendizagem e partilha **peer-to-peer**, o seminário dirige-se a **estudantes, investigadores e profissionais** das áreas da psicologia, saúde, ciências sociais e humanas, promovendo uma reflexão interdisciplinar sobre os desafios contemporâneos associados às emoções, à saúde mental e ao bem-estar individual e coletivo.

O programa inclui **palestras, mesas redondas, workshops e uma sessão de posters**, criando oportunidades de diálogo entre investigação científica, práticas emergentes e desafios sociais atuais.

Para mais informações consulte 3.ª Edição do Seminário “Emotions, Health, and Wellbeing” | FCH-Católica