



# ANA GOIOS

## NUTRICIONISTA 2191N

### RESUMO PROFISSIONAL

Nutricionista com mais de 10 anos de experiência nas áreas:  
**nutrição clínica e nutrição no desporto.**

**Coordenadora científico-pedagógica e docente** em diferentes  
insituições de ensino.

Antropometrista, nível I (*International Society for the  
Advancement of Kinanthropometry*)

### CONTACTO

**E-mail:** [ana.goios@anagoios.pt](mailto:ana.goios@anagoios.pt)

**LinkedIn:** <https://linkedin.com/in/ana-goios-16652761/>

---

### EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

**Clínica Espregueira // MyoClinic (2018-2022) // NutriBalance (2014-2018)**

Nutricionista

**Academia Clínicas Espregueira**

Coordenadora científico-pedagógica e docente

**Prozis**

*R&D Nutrition Product Development*

**Universidade Atlântica - Instituto Universitário // CESPU Formação**

Professora Assistente Convidada // Docente

---

### ARTIGOS E PUBLICAÇÕES

Goios A, Severo M, Lopes C, Torres D. **Estimating sodium and potassium intakes in a Portuguese adult population: can first-morning void urine replace 24-hour urine samples?**. J Nutr Sci. 2025 Mar 26;14:e29.

Goios A, Costa A. (2021) **Uma vez não são vezes!**. 1ª Ed., Caminho das Palavras, Évora | ISBN: 978-989-878-4971

Goios A, Severo M, Lloyd AJ, Magalhães VP, Lopes C, Torres DP. **Validation of a new software eAT24 used to assess dietary intake in the adult Portuguese population.** Public Health Nutr. 2020 Dec;23(17):3093-3103.

Goios A, Liz Martins M, Oliveira AC, Afonso C, Amaral T. (2019) **Pesos e Porções de Alimentos.** 3ª Ed., UP Edições, Porto | ISBN: 978-989-746-212-2

### FORMAÇÃO

**Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto**

Doutoramento em Ciências do Consumo Alimentar e Nutrição

**Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto I 2019-2023**

Licenciatura em Ciências da Nutrição

**Universidad Pablo de Olavide, Sevilla I 2011-2012**

Programa Erasmus