

Helena Carreiras nasceu em Portalegre, em 1965.

Licenciou-se em Sociologia no ISCTE em 1987, tendo aí obtido o grau de Mestre em 1994. Em 2004, doutorou-se em Ciências Sociais e Políticas no Instituto Universitário Europeu em Florença com uma tese sobre Políticas de integração de género nas Forças Armadas dos países da OTAN.

Foi professora associada com agregação no ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL) nas áreas da Sociologia, Políticas públicas, Segurança e Defesa e metodologia da pesquisa social, e investigadora do Centro de Investigação e Estudos de Sociologia (CIES-IUL). Em 1999, foi investigadora visitante no departamento de estudos sobre as Mulheres na Universidade da Califórnia em Berkeley e, em 2013, foi professora visitante no departamento de Governo da Universidade de Georgetown, em Washington, DC.

No ISCTE- IUL dirigiu o programa de doutoramento em Políticas Públicas e criou diversas unidades curriculares e programas de ensino relacionados com temas de Segurança e Defesa, nomeadamente as pós-graduações em Comunicação e Gestão de Crises e Políticas Públicas de Segurança e Defesa (ISCTE-IUL/IDN).

Ao longo da sua carreira desempenhou diversos cargos de direção. Entre 2010 e 2012 foi subdiretora do Instituto da Defesa Nacional e, entre 2016 e 2019, dirigiu a Escola de Sociologia e Políticas Públicas do ISCTE-IUL. Foi ainda subdiretora do CIES - Centro de Investigação e Estudos de Sociologia (2015) e do IPPS - Instituto para as Políticas Públicas e Sociais (2018/2019). É, desde 2019, diretora do Instituto da Defesa Nacional.

Participa ativamente em associações científicas e profissionais, tendo desempenhado os cargos de vice-presidente da Associação Portuguesa de Sociologia (1994-1996) e do Comité de Pesquisa Forças Armadas e Resolução de Conflitos da Associação Internacional de Sociologia (desde 2014), de membro da direção da Associação Europeia de Sociologia (2009/2013) e de presidente do ERGOMAS - European Research Group on Military and Society (2017-2019).

Foi membro do Conselho do Ensino Superior Militar (2011-2012), do Conselho Geral do ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa (2017-2019) e do Conselho Geral do Instituto Universitário Militar (2017/2020).

As suas áreas de interesse e investigação centrais são Forças Armadas e sociedade, Políticas públicas de segurança e defesa, Sociologia do género e metodologia e Epistemologia das ciências sociais. Desenvolveu extensa pesquisa sobre o relacionamento entre Forças

Armadas e sociedade, tendo-se debruçado, em particular, sobre o tema da integração feminina nas instituições militares.

É autora ou organizadora de 14 livros, 48 capítulos de livro e 27 artigos em revistas especializadas.