

# Consciência corporal: curso gratuito do Teatro Guaíra estreia com imersão teórica e prática

19/08/2025

Cultura

Explorar os movimentos do corpo, o autoconhecimento e a expressão artística. Esse foi o ponto de partida da primeira edição do curso gratuito “Consciência Corporal e Integração Somática”, promovido pelo Centro Cultural Teatro Guaíra. A estreia, realizada no último fim de semana (16 e 17), reuniu artistas e educadores em dois dias de imersão prática e teórica no Teatro Guaíra, em Curitiba.

Ministrado por Carlos Cavalcante — bailarino, coreógrafo, fisioterapeuta e servidor de carreira do Teatro Guaíra —, as aulas contaram com participação ativa dos alunos, que aprovaram a iniciativa. Entre eles estava a fisioterapeuta, educadora física e professora de yoga Silmara Mielke, que destacou a liberdade criativa proporcionada pelo método.

“Como eu sou da área do movimento, eu estou amando esse curso. O professor Carlos é espetacular, porque ele te dá a liberdade de executar o seu movimento sem exigir que você seja perfeita, é isso que é legal”, afirmou.

- [\*\*Orquestra Sinfônica do Paraná apresentará obras de Manuel de Falla e Tchaikovsky no domingo\*\*](#)

A atriz Júlia Eduardo Ribeiro também destacou a relevância da iniciativa. “Eu acho que é muito importante para a gente que trabalha com o corpo o tempo todo, sempre explorar novas áreas, porque por mais que a gente estude, sempre tem coisa para aprender. São sensações diferentes e coisas novas que a gente descobre em cursos como esse”, disse.

Segundo ela, a gratuidade também foi um diferencial. “A gente tem pouco acesso a cursos gratuitos com um aprofundamento tão grande. Também me chamou muito a atenção por serem aulas não só práticas, mas teóricas também. É muito importante a gente aprender fundamentos e teorias sobre o nosso corpo, e eu acho que o professor Carlos traz isso muito bem”, completou a atriz.

Já para a cantora e atriz Mariana Larissa Basso, o curso representa uma

oportunidade de ampliar a percepção corporal. “A gente que é artista sabe como é importante ter essa consciência corporal, e é exatamente o que o curso traz, com fundamentos teóricos e práticos. Está sendo incrível”, avaliou.

De acordo com Carlos Cavalcante, a diversidade dos participantes enriquece o processo. “Esse curso é uma imersão na corporalidade e nos seus fazeres. É muito importante disponibilizarmos essa formação de maneira gratuita, valorizando os profissionais das artes cênicas. É uma contribuição para o aprimoramento e para a aquisição de conhecimento do público”, afirma.

- [\*\*Entrada gratuita: Balé Teatro Guaíra leva dança contemporânea a Jacarezinho\*\*](#)
- [\*\*Festival no MON celebra a inclusão, protagonismo PcD e acessibilidade na cultura\*\*](#)

**PRÓXIMAS EDIÇÕES** – Serão realizadas mais 10 edições do curso em Curitiba neste ano, todas já com vagas esgotadas. O curso também será levado para outras cidades do Paraná: em Jacarezinho, nos dias 23 e 24 de agosto (vagas esgotadas), e em Araçongas, nos dias 20 e 21 de setembro. O curso já tem nova edição confirmada para Curitiba em 2026, com início previsto a partir de janeiro. A abertura de inscrições será anunciada no site e nas redes sociais do Teatro Guaíra.

**SOBRE O MINISTRANTE** – Carlos Cavalcante tem uma trajetória consolidada nas artes cênicas e na educação somática. Formado pela Escola de Danças Maria Olenewa (RJ), foi bailarino do Balé Teatro Guaíra entre 1990 e 1997, onde também assinou coreografias no projeto Atelier Coreográfico. Atuou como professor na Escola de Dança Teatro Guaíra, no Balé Teatro Guaíra e no G2 Cia de Dança.

Com passagem por importantes projetos sociais como arte-educador, integrou ainda a equipe de implantação da Escola do Teatro Bolshoi no Brasil, onde também foi professor. Atualmente, além de fisioterapeuta especializado em práticas integrativas, Cavalcante desenvolve trabalhos como DJ, produtor musical e performer, unindo corpo, som e movimento.