

**Sucesso de público, **A Autoestima do Homem Hétero**, comédia de Amanda Mirásci, ganha nova temporada no Teatro Uol a partir de abril**

*Com direção de **Martha Nowill**, a peça consolida-se como um dos destaques da atual temporada, com duas indicações ao Prêmio do Humor*



*Crédito: Julia Lego*

[Fotos posadas de Julia Lego](#)

[Fotos de cena de Tiago Tagawa](#)

[Vídeo da peça](#)

Depois de toda repercussão e reconhecimento de sua primeira temporada, **A Autoestima do Homem Hétero** consolidou-se como uma das comédias mais comentadas da cena recente. Idealizado, escrito e protagonizado por **Amanda Mirásci**, com direção de **Martha Nowill**, volta em cartaz no Teatro UOL para uma temporada de 4 de abril a 30 de maio, com sessões aos sábados, às 22h.

O monólogo estreou em 2025 com sessões esgotadas e abriu a programação de 2026 da Arena B3, com quatro apresentações também cheias. O êxito junto ao público veio acompanhado do reconhecimento do meio teatral, com **duas indicações ao Prêmio do Humor**, nas categorias **Melhor Texto** e **Melhor**

**Direção**, reafirmando a força da dramaturgia, da encenação e da comunicação direta com a plateia.

A premissa do espetáculo é simples, provocadora e altamente comunicável: e se fosse possível encapsular a inabalável confiança dos homens héteros e oferecê-la, em forma de pílula, às mulheres? A partir dessa ideia, a peça constrói uma comédia afiada sobre relações afetivas, autoestima e comportamentos masculinos amplamente reconhecíveis, criando identificação imediata com diferentes públicos.

Em cena, **Carina**, uma farmacêutica, apresenta ao público o lançamento da invenção mais ousada da década: a pílula de autoestima do homem hétero. Ao revelar os componentes da fórmula, a personagem revive encontros e situações dando vida a tipos masculinos que serviram de matéria prima para a sua criação, como o cara do violão de repertório limitado, o dono da caixa de som que domina a praia ou o match do Tinder repleto de exigências descabidas.

À medida que a comédia avança, o espetáculo revela também suas camadas mais profundas. Carina expõe inseguranças profissionais, dilemas afetivos e a presença constante da síndrome da impostora. Ao decidir experimentar a própria invenção, a personagem desencadeia uma sequência de efeitos inesperados que ampliam o humor e aprofundam a reflexão. “Apesar da leveza, o espetáculo mergulha em algo profundo. Essa autoestima masculina, aparentemente inabalável, é um modelo de confiança que se sustenta na negação da vulnerabilidade e que pode ser extremamente tóxico”, afirma Amanda.

“A peça surgiu da minha vida real. Das minhas relações, das histórias das minhas amigas, da minha irmã. Situações que parecem pontuais, mas que, quando compartilhadas, revelam um padrão”, comenta Amanda Mirásci. “Transformar essas experiências em teatro foi uma forma de ressignificá-las. Escolhi o humor porque acredito que rir é uma das maneiras mais poderosas e acessíveis de provocar reflexão.”

Para **Martha Nowill**, diretora do espetáculo, incluir os homens no debate é parte fundamental da proposta. “Não é uma peça agressiva ou acusatória. É um convite. Queremos fazer com que os homens se enxerguem, riem de si mesmos e falem sobre isso sem constrangimento.” Ela destaca ainda o trabalho cênico da atriz: “A Amanda dá vida a muitos personagens sozinha em cena. Nosso desafio foi transformar esses tipos em algo claro, simbólico e comunicável, usando o corpo, a voz e a escuta como ferramentas centrais.”

### **Sobre Amanda Mirásci**

Atriz e dramaturga, foi indicada aos prêmios Cesgranrio e APTR na categoria de Melhor Atriz por *Uma Vida Boa*, de Rafael Primot, e ao Prêmio do Humor pelo texto de *A Autoestima do Homem Hétero*. No teatro, atuou também em

*Mansa, Inútil a Chuva* (Armazém Cia. de Teatro) e *O Branco dos Seus Olhos*, entre outros. No cinema, integra o elenco de *Todo Clichê do Amor*. Na televisão, participou das novelas *Cara e Coragem* e *Garota do Momento*, do especial *Falas Femininas* (TV Globo) e da série *Ringue*, do Canal Brasil.

### **Sobre Martha Nowill**

Diretora, atriz e roteirista, atua no teatro, cinema e televisão desde os 18 anos. É formada em Cinema pela FAAP e Teatro pela Escola Célia Helena. Assina roteiros e colaborações para revistas como *Piauí*, *TPM*, *Bazaar*, *Vogue*, *Carta Capital* e *Folha de S.Paulo*. Seu trabalho mais recente nos palcos é *Pagú – Até Onde Chega a Sonda*, que também idealizou e protagonizou. Indicada ao prêmio do humor por melhor direção.

### **Ficha Técnica**

Idealização, Texto e Atuação: Amanda Mirásci

Direção: Martha Nowill

Colaboração Dramatúrgica: Bruna Trindade e Martha Nowill

Assistência de Direção: Iuri Saraiva

Direção de Movimento: Julianne Trevisol

Luz: Júnior Docini

Trilha Sonora: Aline Meyer

Direção de Arte: Luiza Mitidieri

Visagismo: Isabella Oliveira

Operação de luz e som: Rafael Pereira

Gestão de Tráfego Pago: Vanessa Santana

Estratégia de Mídias Sociais: Drom Hub

Design Gráfico: Harú Estúdio Criativo

Fotos estúdio: Julia Lego

Fotos de cena: Tiago Tagawa

Assessoria de Imprensa: Pombo Correio

Direção de Produção: Jessica Rodrigues e Carolina Henriques

Produção: Rodri Produções

Realização: Arrakasta Produções Artísticas

### **Sinopse**

É noite de lançamento da invenção farmacêutica mais ousada da década: *a autoestima do homem hétero*, sintetizada em pílulas. Carina, a criadora da fórmula, revela ao público os componentes do medicamento, reencenando situações hilárias e dando vida aos personagens masculinos que serviram de “matéria-prima” para sua criação que promete revolucionar o mundo. O problema é que ninguém estava preparado para as consequências... nem ela própria!

## **Serviço**

### **A Autoestima do Homem Hétero, de Amanda Mirásci**

**Temporada:** 4 de abril a 30 de maio de 2026

Aos sábados, às 22h

**Teatro Uol** - Shopping Pátio Higienópolis - Avenida Higienópolis, 618, Piso Terraço, Higienópolis, São Paulo

**Ingressos:** R\$100 (inteira) e R\$50 (meia-entrada)

Venda online em

<https://teatrouol.com.br/espetaculos/a-autoestima-do-homem-hetero-2/>

**Bilheteria:** de terça a sexta, das 17h às 20h; e aos sábados e domingos, das 13h às 20h.

**Capacidade:** 300 lugares

**Classificação:** 14 anos.

**Duração:** 70 minutos

**Acessibilidade:** teatro acessível a cadeirantes e pessoas com mobilidade reduzida



Pombo Correio Assessoria de Comunicação

Douglas Picchetti e Helô Cintra

(11) 9 9814-6911 | (11) 9 9402-8732

Rua Castro Alves, 457 - 32 | Aclimação - SP

[douglas@pombocorreio.art.br](mailto:douglas@pombocorreio.art.br) | [helo@pombocorreio.art.br](mailto:helo@pombocorreio.art.br)

[www.pombocorreio.art.br](http://www.pombocorreio.art.br)