

# Agosto Dourado

Pelo incentivo à amamentação.

Durante trinta dias,  
celebraremos a promoção,  
a proteção e o apoio  
ao aleitamento.  
Acompanhe a programação  
na página do Comitê no  
site da Eletronuclear.



*A cor dourada está  
relacionada ao padrão  
ouro de qualidade  
do leite materno.*



#euapoiroleitematerno

Comitê Permanente para  
Questões de Gênero,  
Raça e Diversidade



Eletronuclear  
Eletronuclear

/ Depoimento

# Agosto Dourado

Pelo incentivo à amamentação.

**Carolina, engenheira civil (DEC.T)**  
**Mãe da Laura, 4 anos**

“Acredito que, além de um ato de amor, amamentar é um ato de cidadania e que deve ser incentivado e apoiado por todos. A amamentação está muito relacionada à sustentabilidade, pois promove o bem-estar coletivo, não só da dupla mãe-bebê. Também garante o direito à alimentação adequada e redução da desnutrição e índice de mortalidade infantil, auxiliando no uso consciente dos recursos naturais, fatores tão urgentes nos dias de hoje.”



Comitê Permanente para  
Questões de Gênero,  
Raça e Diversidade

/ Depoimento

# Agosto Dourado

Pelo incentivo à amamentação.

**Darla, administradora (DCD.A)  
Mãe do Árquipo, 1 ano e 9 meses**

“A licença maternidade de 180 dias e a sala de aleitamento na sede foram importantíssimos nessa etapa de amamentação. Ter a possibilidade de cuidar do meu bebê por mais tempo em casa foi de preciosíssimo valor.”



Comitê Permanente para  
Questões de Gênero,  
Raça e Diversidade

/ Depoimento

# Agosto Dourado

Pelo incentivo à amamentação.

**Flavia, administradora (DCD.A)**  
**Mãe da Agatha, 4 anos e**  
**Agnes, 1 ano**

“O pai das minhas filhas me incentivou muito, principalmente no início da amamentação, o que, para mim, foi a fase mais difícil. A licença maternidade de 180 dias permitiu que eu pudesse me dedicar mais à minha bebê e a sala de aleitamento permitiu que eu pudesse voltar ao trabalho sem prejuízo na amamentação.”



Comitê Permanente para  
Questões de Gênero,  
Raça e Diversidade

 **Eletrobras**  
Eletronuclear

/ Depoimento

# Agosto Dourado

Pelo incentivo à amamentação.

**Juliana, secretária (P)**  
**Mãe da Raphaela, 1 ano e 9 meses**

“O apoio emocional do pai neste momento é o mais importante. No meu caso, o início da amamentação não foi fácil como muitos romantizam. Foi um mês de muita dor, rachaduras nos seios, sangramento, dúvidas e medos. Como eu estava determinada a não desistir da amamentação, o pai teve um papel importante em me transmitir calma e apoio. Após o primeiro mês, tudo melhorou e a amamentação tornou-se algo prazeroso. Passei a ter uma das melhores experiências da minha vida e o vínculo afetivo com minha filha foi fortalecido de uma forma inimaginável.”



Comitê Permanente para  
Questões de Gênero,  
Raça e Diversidade

 **Eletrobras**  
Eletronuclear