



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 14 N° 3209 - Montevideo, 28 de Julio 2022.- Dep. Legal N°347.025

Redactor Responsable: Gerardo Castro Moser - Reg. MEC. 2230/08 -Tomo 15 Fojas 144-Fundado el 19 de Enero 2009-
Guayabos 1718 - Local 002 "Edificio Arcos Ferrand"-Telefono: 2 407 8576 - e-mail: elredactor@vera.com.uy

AVISOS DEL DIA

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

BETEC INGENIERIA SRL

Cesión- Modificación

Fecha: 1/4/2022

Inscripción: 7705, 19/5/2022

Cedentes: María Cecilia VALASSI CEJAS (32 cuotas) y Jorge Daniel CANCELA BEN (8 cuotas)

Cesionario: Tadeo MENDIONDO PIZARRO y Belén MENDIONDO PIZARRO (20 cuotas c/u)

Representación y Administración: Indistinta
1p-v. 28/07

GALVAN Y GIMENEZ SRL

CONTRATO: 24/05/2022

INSCRIPCION: 8901, 07/06/2022

SOCIOS: Valentina GIMENEZ RICCARDI
Pablo Martín GIMENEZ CRISTINO (50 cuotas c/u)

CAPITAL: \$ 100.000.-

OBJETO: Comercio de partes, piezas y accesorios de vehículos automotores al por mayor y menor.

PLAZO: 30 Años

ADMINISTRACION: Indistinta

DOMICILIO: Montevideo
1p-v. 28/07

APERTURA DE SUCESIONES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)

Los Señores Jueces Letrados de Familia han dispuesto la apertura de las sucesiones que se enuncian seguidamente y citan y emplazan a los herederos, acreedores y demás interesados en ellas, para que, dentro del término de 30 (treinta) días comparezcan a deducir en forma sus derechos ante la sede correspondiente.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, FRANCISCO CRISTOBAL RAZQUIN, (IUE: 2-24411/2022)

Montevideo, 21 de julio de 2022.-

Marisa Ramona Planamente Marcote

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, MARIA ELISA MANEIRO CLAVELLI, (IUE: 2-26270/2022)

Montevideo, 21 de julio de 2022.-

Marisa Ramona Planamente Marcote

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, CARLOS MARÍA CORREA MACHADO, (IUE: 2-25308/2022)

Montevideo, 28 de junio de 2022.-

María Magdalena Albanes Cardozo

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, NERI CALLERO BAEZ, (IUE: 2-70674/2019)

Montevideo, 10 de febrero de 2020.-

María de Lourdes Baptista Casullo

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, MARÍA INÉS COSTA ARBURÚA, (IUE: 2-24131/2022)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, CARLOS ISMAEL FLORES MIÑOS, (IUE: 2-29550/2022)

Montevideo, 20 de julio de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno, JOSE ADOLFO LUZARDO NUÑEZ, (IUE: 2-7933/2022)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Andrea María Casal Muzzolón

Actuario

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, CESAR ROBERTO REBOIRAS ACOSTA, (IUE: 2-32060/2022)

Montevideo, 26 de julio de 2022.-

Alexandra Veiga Torres

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, GLORIA POSE CASTAÑEDA, (IUE: 2-34230/2022)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Florencia María Bonino Reig

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, ARMANDO EDGAR OTASU ALVAREZ, (IUE: 2-33166/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, MANUEL VARELA SANTIAGO, (IUE: 2-29999/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-28/07 v. 10/08

SALÓN CALYFA

CONFECCION DE
TALONARIOS DE
ACCIONES

DECLARACION DE
ITP
ENCUADERNACION
DE PROTOCOLOS
CON ÍNDICES

2408 7623



APERTURA DE SUCESIONES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)

Los Señores Jueces Letrados de Familia han dispuesto la apertura de las sucesiones que se enuncian seguidamente y citan y emplazan a los herederos, acreedores y demás interesados en ellas, para que, dentro del término de 30 (treinta) días comparezcan a deducir en forma sus derechos ante la sede correspondiente.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
EDUARDO RUIZ ALONSO,
(IUE: 2-33321/2022)

Montevideo, 19 de julio de 2022.-

María Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
PEDRO LIZARRAGA ANDIÓN,
(IUE: 2-31085/2022)

Montevideo, 29 de junio de 2022.-

Luciana Fagúndez Dornelles

Colab. Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
JUANA CHITNISKY,
(IUE: 2-5871/2022)

Montevideo, 26 de mayo de 2022.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
**ANTONIA VERA y WALTER
DEMETRIO GARCÍA VIERA,**
(IUE: 2-61521/2021)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
**ANGELA ISABEL CASTILLO
VELAZQUEZ,**
(IUE: 2-29744/2022)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
**WASHINGTON ALBERTO PEREYRA
JARAZ,**
(IUE: 2-21657/2022)

Montevideo, 25 de julio de 2022.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
MARIA MARGARITA CALATAYUD

de **MEDINA,**

(IUE: 2-28141/2022)

Montevideo, 20 de julio de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
**MARIA GLORIA LERETE GALLO y
ARTEMIO BOLOGNA NEGRI,**
(IUE: 2-22671/2022)

Montevideo, 24 de mayo de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
TERESA VARELA BARREIRA,
(IUE: 2-31003/2022)

Montevideo, 8 de julio de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
ANDREINA VOLONTE LIPAVI,
(IUE: 2-31182/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
LUZ DEL ALBA PEREIRA MEDEROS,
(IUE: 2-9802/2022)

Montevideo, 23 de marzo de 2022.-

Alexandra Veiga Torres

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
**ALBERTO ARMANDO ECHEVEST
y ESTHER ZANCANELLA,**
(IUE: 2-26686/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
**OSCAR ALBERTO NOGUEIRA
OLIVARI,**
(IUE: 2-31075/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
GUILLERMO FERNANDEZ VILAS,
(IUE: 2-24648/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
AMANDA VANOLI MORALES,
(IUE: 2-27367/2022)

Montevideo, 29 de junio de 2022.-

Marisa Ramona Planamente Marcote

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
**JOSE LUIS CANTEIRO FARIA y
MARIA ESTHER HERNANDEZ
VAZQUEZ,**
(IUE: 2-22395/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
**ENESTORILDO REY RODRIGUEZ
GONZALEZ,**
(IUE: 2-28413/2022)

Montevideo, 15 de junio de 2022.-

Bettina Inés Ceriani Bianchi

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
JESUS MANUEL MEILAN FERNANDEZ,
(IUE: 2-30735/2022)

Montevideo, 8 de julio de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia 26° Turno,
OLGA DE LUJAN AGUIAR FERRARI,
(IUE: 2-27382/2022)

Montevideo, 14 de junio de 2022.-

Florencia María Bonino Reig

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
**MARIA DEL CARMEN BRANDON
GARCIA,**
(IUE: 2-32211/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-26/07 v. 08/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
GRACIELA JUSTET LAUZAROT,
(IUE: 2-64884/2021)

Montevideo, 10 de febrero de 2022.-

Patricia Gonçalves Flores

Actuario

10p-25/07 v. 05/08

EDICTO



| | | |
|---|--|--|
| Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, MARÍA HRYHORCZUK MALLUK o MATLUK, (IUE: 2-31677/2022) Montevideo, 29 de junio de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EMANUELE CIRENZA (IUE: 2-4883/2022) Montevideo, 21 de junio de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | , Montevideo, 26 de mayo de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, HÉCTOR CARELLA SERVETTI o CERVETTI, (IUE: 2-64889/2021) Montevideo, 1 de febrero de 2022.- Cecilia Villamil Bonito Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, JORGE HUGO SOSA RODRIGUEZ, (IUE: 2-31654/2022) Montevideo, 22 de julio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, WALTER LOPEZ , (IUE: 2-32064/2022) Montevideo, 20 de julio de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, WALTERIO MAXIMO KAFTAN WURM, (IUE: 2-22731/2022) Montevideo, 21 de julio de 2022.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, SERGIO VICENTE DE VASCONCELLOS o VASCONCELLOS LÓPEZ , (IUE: 2-7138/2022) Montevideo, 4 de marzo de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, SANTINA OLASCOAGA RODRIGUEZ, (IUE: 2-19120/2022) Montevideo, 15 de junio de 2022.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, RICHARD ALDAMA RIGHI, (IUE: 2-26160/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, MARCUS ANTONIO ROQUE GONZALEZ, (IUE: 2-26683/2022) Montevideo, 7 de junio de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, CARMELO DI VITO CELENTANO, (IUE: 2-23455/2022) Montevideo, 26 de mayo de 2022.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, LEBY REYES VANOLI y OFELIA TERESITA RODRÍGUEZ FAJARDO, (IUE: 2-29126/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, VERÓNICA ROSA POVILAITIS KVEDERAVICIUTE, (IUE: 2-23457/2022) Montevideo, 24 de junio de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, JUANITA DELIA BONIFACINO TOYOS, (IUE: 2-22394/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, GUSTAVO MIGUEL SUREDA PUCCIARELLI, (IUE: 2-28462/2022) Montevideo, 20 de julio de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, MIRNA IRUPÉ DE CASTRO MACIERA RAMÍREZ , (IUE: 2-18524/2022) Montevideo, 25 de mayo de 2022.- Ana Cecilia Lerena Berhau Actuario 10p-22/07 v. 04/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, JORGE MARIO DA COSTA AKIAN y ROSITA AKIAN BILBAO, (IUE: 2-22144/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, MARIA MERCEDES FERRER CARRIZO, (IUE: 2-26965/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, TULIO SALVADOR SOUZA GIANELLI, (IUE: 2-27380/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, ALBA LUZ VAZQUEZ VELAZQUEZ y MONICA TIZON VAZQUEZ, (IUE: 2-23750/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, MARÍA AURORA CUEVAS BRACERAS ó AURORA CUEVAS BRACERAS, (IUE: 2-23282/2022) | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, SILVIA OJEDA HERNANDEZ, (IUE: 2-18932/2022) Montevideo, 29 de abril de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto 10p-21/07 v. 03/08 |



Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
RICARDO PASCUAL SERGIO FRESIA,
(IUE: 2-17945/2022)
Montevideo, 11 de mayo de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
SORAYA BEATRIZ PEYRE NAVARRO,
(IUE: 2-14623/2022)
Montevideo, 6 de mayo de 2022.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
CECILIA SIGNORELLI FIORENZA,
(IUE: 2-24770/2022)
Montevideo, 2 de junio de 2022.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
LIZARDO AVELINO PIÑÓN BOUZA,
(IUE: 2-29074/2022)
Montevideo, 29 de junio de 2022.-
Alexandra Veiga Torres
Actuario Adjunto

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
AMERICA BOTTARINI GANDOLFO,
(IUE: 2-24381/2022)
Montevideo, 2 de junio de 2022.-
Florencia María Bonino Reig
Actuario Adjunto

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
JUANA SALA GONZALEZ,
(IUE: 2-26880/2022)
Montevideo, 9 de junio de 2022.-
María Claudia Garagorry Iturralde
Actuario Adjunto

10p-20/07 v. 02/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
MATIAS ALEJANDRO MEDINGER,
(IUE: 2-27874/2022)
Montevideo, 6 de julio de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-20/07 v. 02/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
OSCAR ARTURO PEÑA LOPEZ,
(IUE: 2-25908/2022)
Montevideo, 6 de julio de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-20/07 v. 02/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
ZULLY MARIA SILVERA MARTINEZ,
(IUE: 2-29992/2022)
Montevideo, 8 de julio de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-20/07 v. 02/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
**ISMAEL JULIAN LEITON FLEITAS y
GLADYS EUSEBIA RIVERO CURBELO,**
(IUE: 2-24314/2022)
Montevideo, 6 de julio de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-20/07 v. 02/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno,
**MIGUEL ANGEL ó MIGUEL ANGEL
JOSE PERA CASTRO,**
(IUE: 2-8474/2022)
Montevideo, 22 de abril de 2022.-
María Claudia Garagorry Iturralde
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
JUANA JULIA ZUÑIGA,
(IUE: 2-44324/2021)
Montevideo, 1 de octubre de 2021.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
**ANDRÉS JULIAN FERNÁNDEZ
PEDROTTI y ARGELIA LORELEY
BARDALLO RAJOLS ó RAFOLS,**
(IUE: 2-57296/2021)
Montevideo, 27 de mayo de 2022.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
**JORGE ALFREDO BATTAGLIESE
GARCIA,**
(IUE: 2-29633/2022)
Montevideo, 20 de junio de 2022.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
**MARIA ESTHER FERREIRO
RODRIGUEZ y LIRIA GLADYS
FERREIRO RODRIGUEZ,**
(IUE: 2-19271/2022)
Montevideo, 24 de junio de 2022.-
Patricia Gonçalves Flores
Actuario

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
JUAN JOSÉ PERAZZO PUPPO,
(IUE: 2-29944/2022)
Montevideo, 29 de junio de 2022.-
Luciana Fagúndez Dornelles
Colab. Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
ELISA POMOLI MACEDONIO,
(IUE: 2-27042/2022)
Montevideo, 24 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
**WALTER HUGO VAZQUEZ
LEDESMA PEIRALLO,**
(IUE: 2-28258/2022)
Montevideo, 28 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
**MARIO ROGELIO BONINO
MORALES,**
(IUE: 2-24939/2022)
Montevideo, 9 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
ANA MARIA DEL HORNO POMBO,
(IUE: 2-18170/2022)
Montevideo, 9 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
NÉLIDA PERDOMO COUTINHO,
(IUE: 2-27445/2022)
Montevideo, 27 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
BLANCA FELICIA DÍAZ SILVA,
(IUE: 2-28459/2022)
Montevideo, 28 de junio de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
RAMON LOPEZ MIRANDA,
(IUE: 2-28628/2022)
Montevideo, 28 de junio de 2022.-



| | | |
|--|---|--|
| Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, FRANCESCO ó FRANCISCO CANCRO GENTILE , (IUE: 2-46967/2020) Montevideo, 14 de junio de 2022.- Beatriz Cecilia Morales Bosch Actuario 10p-19/07 v. 01/08 | Andrea María Casal Muzzolón Actuario 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, MARÍA GERALDINA LUCENO VAZ , (IUE: 2-27302/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, JUAN CARLOS PALADINO RIVERO , (IUE: 2-28902/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, MYRIAM MARILU SUAREZ PEREIRA y WALTER ALEJANDRO PASTRANA TASSARA , (IUE: 2-43857/2019) Montevideo, 30 de agosto de 2019.- Bettina Inés Ceriani Bianchi 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, NÉSTOR ANTONIO PIEDRA POSSELENTE , (IUE: 2-26336/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, HUGO DELGADO DELGADO , (IUE: 2-24934/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, NINA IMORENKO o IMURENKO SAJAROV , (IUE: 2-31321/2022) Montevideo, 24 de junio de 2022.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, NELSON WASHINGTON VAZQUEZ TAPIE , (IUE: 2-18827/2022) Montevideo, 4 de mayo de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, LINA EDITH CEPPI SUÁREZ , (IUE: 2-18821/2022) Montevideo, 5 de mayo de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, JULIANA ESPOSITO PILAFIS , (IUE: 2-24608/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, PALMIRA FELICIANA MUÑOZ CORBO o CORVO , (IUE: 2-45660/2021) Montevideo, 14 de marzo de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, JUAN CARLOS GARCÍA MONTIEL , (IUE: 2-25626/2022) Montevideo, 2 de junio de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, RUBEN ANDRADE AMOR , (IUE: 2-25208/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, AMANDA TERESA FERRER , (IUE: 2-11774/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, CARMEN VIOLETA CASELLA ACEVEDO , (IUE: 2-23237/2022) Montevideo, 23 de mayo de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, BERTA MIREYA REYES LEMES , (IUE: 2-27626/2022) Montevideo, 6 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, JOSÉ AMIGO NUÑEZ y MARÍA ÉLIDA PAREDES PEREYRA , (IUE: 2-31072/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, AURORA OUDRI BERTINAT , (IUE: 2-27629/2022) Montevideo, 17 de junio de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, CARLOS OSCAR PUÑALES CANOBRA , (IUE: 2-23724/2022) Montevideo, 30 de mayo de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, ROSA EUDOXIA MUÑOZ ETULAIN , (IUE: 2-26875/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno, HECTOR RUBEN NUÑEZ , (IUE: 2-25956/2022) Montevideo, 6 de junio de 2022.- | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, MARIA DEL CARMEN ESPINDOLA BOCCOLI , (IUE: 2-30963/2022) Montevideo, 21 de junio de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |
| | EDICTO | EDICTO |



| | | |
|---|--|---|
| Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, JULIO FERNANDEZ MOUJAN, (IUE: 2-29182/2022) Montevideo, 1 de julio de 2022.- Florencia María Bonino Reig Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | Montevideo, 25 de mayo de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, LESTER STASIENIUK BOROWA, (IUE: 2-24952/2022) Montevideo, 8 de junio de 2022.- Florencia María Bonino Reig Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, ZULLY TABAREZ HEREDERO y NORBERTO AMADO ARAUJO MAI, (IUE: 2-25368/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, MARTHA INES AGOCS SNAPS, (IUE: 2-54953/2021) Montevideo, 17 de junio de 2022.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto 10p-29/06 - 30/06 19/07 v. 28/07 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, MARIO ANGEL PEREZ DOMINGUEZ, (IUE: 2-24342/2022) Montevideo, 15 de junio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, ALBERTO CESAR TABAREZ MARTIN, (IUE: 2-20003/2022) Montevideo, 6 de junio de 2022.- María Fernanda Capote Arosteguy Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, MARÍA LUISA LAZZARINO GUTIERREZ, (IUE: 2-28545/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto 10p-29/06 - 30/06 19/07 v. 28/07 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, MARIA ENRIQUETA TOMASSO BRIANO, (IUE: 2-18808/2022) Montevideo, 5 de mayo de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, MARIA ESTHER GONZALEZ RODRIGUEZ, (IUE: 2-13623/2022) Montevideo, 9 de mayo de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, MANUEL JUNCAL BARREIRO y ROSA FRAGA CASTRO, (IUE: 2-29961/2022) Montevideo, 20 de junio de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-29/06 - 30/06 19/07 v. 28/07 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, PASQUALE PICA RUSSO O PASCUAL PICA RUSO , (IUE: 2-24765/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, Pedro NEGRO SIMONELLI, María Esther MORALES DE NEGRO o MORALES y María Renée NEGRO MORALES, (IUE: 2-27515/2022) Montevideo, 6 de junio de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | <hr/> <hr/> P A N D O <hr/> <hr/> |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, HUGO PRETI GUSSONI, (IUE: 2-13323/2022) Montevideo, 4 de abril de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, TOMAS RODOLFO DANIEL o TOMAS RODOLFO DANIEL OSTERMANN, (IUE: 2-27289/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Atlántida de 3° Turno, JUAN CARLOS SOSA QUIJADA, (IUE: 541-172/2022) Atlántida, 28 de junio de 2022.- Alicia Graciana Aparain Borjas Actuario Adjunto 10p-25/07 v. 05/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, MARIA DEL CARMEN BOSCH, (IUE: 2-20865/2022) Montevideo, 6 de junio de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, MIRIAN SELENE ALVAREZ TORENA, (IUE: 2-30259/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07 | EDICTO Juzgado Letrado de Atlántida de 2° Turno, JUAN CARLOS GATTO SOSA o JUAN CARLOS GATTO , (IUE: 526-458/2021) Atlántida, 24 de junio de 2022.- Andrea Prattes Diez Actuario 10p-19/07 v. 01/08 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, LUIS RAMÓN SAN MARTIN CARRASCO, (IUE: 2-27869/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, FRANCISCO UMBERTO o FRANCISCO HUMBERTO MIGALES STURLA, (IUE: 2-18482/2022) | EDICTO Juzgado Letrado de Pando de 3° Turno, MARGARITA SANZ AYALA, (Ficha. 175-91/2014) Pando, 31 de marzo de 2014.- Dr. Diego Pasaron Graña Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08 |



(Ficha: 175-467/2016)

Pando, 20 de febrero de 2018.-
Dr. Diego Pasaron Graña
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 6° Turno, **SORYEH FARDAD**,
(IUE: 493-172/2022)
Ciudad de la Costa, 30 de junio de 2022.-
María Carolina Reyes Carcavallo
Actuario Adjunto

10p-22/07 v. 04/08

UNION CONCUBINARIA

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 4° Turno, dictada en autos: «**CASTRO, ALEJANDRO - RECONOCIMIENTO JUDICIAL DE UNIÓN CONCUBINARIA**» IUE 2-15028/2022, se dispuso emplazar por edictos a GENY ITTÉ GONZÁLEZ, HUMBERTO ITTÉ GONZÁLEZ, EDGAR ITTÉ GONZÁLEZ, RAFAEL NOSTRANI ITTÉ, MARIO NOSTRANI ITTÉ, HÉCTOR NOSTRANI ITTÉ y JULIO HEBER MARTÍNEZ ITTÉ, a estar a derecho en el presente proceso en el término de 90 días, bajo apercibimiento de designarles defensor de oficio.

Montevideo, 21 de julio de 2022.-
Luciana Fagúndez Dornelles
Colab. Actuario Adjunto

10p-27/07 v. 09/08

Quiero dejarte un mundo: poema

Cuando ya mis mañanas sean cirio extinguido, y me vaya buscando la razón de haber sido, quiero dejarte un mundo donde el amor sea un himno donde estallen los surcos en promesas de trigo y desborden los cielos en azules más limpios.

Quiero dejarte un mundo de palomas en vuelo de caminos abiertos, de sonrisa de niños, un mundo sin fronteras sintiéndonos hermanos donde tenga sentido la palabra de amigo.

Quiero dejarte un mundo donde el odio no exista y la paz sea el cauce que perfilen tus ríos, un mundo donde el Hombre sea otra vez el Hombre y el honor y la gloria recuperen su sitio.

Quiero dejarte un mundo de esperanzas y sueños,

un horizonte inmenso pero jamás vacío, quiero dejarte auroras y abiertos los caminos para encontrar estrellas creciendo en los espinos.

Quiero dejarte un mundo sin metralla ni hambre, sin niños que sollozen ateridos de frío, un mundo donde crezcan las dulces ilusiones, y se tiendan las manos en comunión de siglos.

Quiero dejarte un mundo donde no existan abismos, y el corazón de todos sea vasija y lirio, un mundo donde el fuerte ayude a los vencidos, y a Dios encuentren todos en el diálogo íntimo.

Graciela Genta - Maestra, poeta

CONVOCATORIAS

«**FRIGORÍFICO TACUAREMBÓ S.A.**
ASAMBLEA GENERAL
EXTRAORDINARIA DE
ACCIONISTAS
CONVOCATORIA

Se convoca a los Señores Accionistas a la Asamblea General Extraordinaria a celebrarse el día 15 de agosto de 2022 a las 14:00 horas en Plaza Independencia 811 P.B., Montevideo, Uruguay, a fin de considerar el siguiente Orden del Día:

1. Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.
 2. Aprobar las resoluciones del Directorio de la Sociedad de fecha 19 de julio de 2022, en relación a la suscripción por parte de la Sociedad de los Documentos de la Financiación, en calidad de deudor.
 3. Autorizar a cualquiera de los representantes estatutarios y/o apoderados de la Sociedad con facultades suficientes a suscribir todos los documentos necesarios o convenientes para el otorgamiento de los Documentos de la Financiación.
 4. Designación de un accionista para aprobar y firmar el Acta de Asamblea.
- Se previene a los señores accionistas que para asistir a la Asamblea deberán dar cumplimiento a lo preceptuado por el artículo 350 de la ley N° 16.060. El Registro de Accionistas se cerrará al iniciarse el acto. El Directorio».

3p-26/07 v. 28/07

VARIOS

DESAFECTACION DE BIEN DE FAMILIA

Escritura otorgada en Montevideo el 2/06/2022
Inscripción: 21291/2022
PADRÓN: N° 109.212- Montevideo
Beneficiarios: Hindenburg JACKSON y Celia DE LEON

10p-26/07 v. 08/08

DISOLUCIONES Y LIQUIDACIONES DE SOCIEDADES CONYUGALES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)

Por disposición de los Señores Jueces Letrados de Familia, se hace saber que se ha decretado la Disolución y Liquidación de las Sociedades Legales de Bienes existentes entre los cónyuges que se indican a continuación; y se cita y emplaza a todos los interesados para que comparezcan a deducir en forma sus derechos, dentro del término de 60 (sesenta) días, bajo apercibimiento de lo que corresponda por Derecho.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, **ELBIO JAVIER VELIZ TORRES** y **IANA NOEMI GLISENTI ERNST**,
(IUE: 2-29584/2022)

Montevideo, 29 de junio de 2022.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-21/07 v. 03/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, **MARIA MAGDALENA LAURENZI MARTIRENA** y **CHRISTIAN SEBASTIÁN CARBONE PEREZ**,
(IUE: 2-30485/2022)

Montevideo, 30 de junio de 2022.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-19/07 v. 01/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, **RAUL EDUARDO PISABARRO GARCIA** y **MAGDALENA FUNTI HADJIRALLIS**,
(IUE: 2-21012/2022)

Montevideo, 28 de junio de 2022.-
María Fernanda Capote Arosteguy
Actuario Adjunto

10p-19/07 v. 01/08

PRESCRIPCIONES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado Civil de 18° Turno, dictada en autos:

«**SIERRA, JORGE - PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA BIEN MUEBLE**» IUE 2-15671/2022, y por Decreto 1434/2022, se llama cita y emplaza a la sociedad

VALENSIR S.A. en calidad de ultimo titular registral y a todos quienes se consideren con derechos sobre el bien vehículo automotor Marca Mercedes Benz, Tipo Sedán 4 puertas, Modelo E 220 D, matrícula B 526.804, empadronado con el número 424.855 en el departamento de Maldonado cuya prescripción se solicita, por el término de noventa días, bajo apercibimiento de designarse Defensor de Oficio, con quien se seguirán los procedimientos.

Montevideo, 30 de junio de 2022.-
Solange Bentancor Buffa
Actuario Adjunto

10p-25/07 v. 05/08



Cuando la amabilidad resulta dañina

Existen todo tipo de personas: unas que con su ayuda nos aligeran nuestro andar y otras, que son como piedras en el camino... que no nos lo ponen nada fácil. Cada uno de nosotros va escogiendo quienes están a nuestro lado y a qué personas poner límites para evitar tropiezos.

Ahora bien, alguna vez te has preguntado: ¿por qué hay personas que siempre están dispuestas a ayudar? y ¿qué las motiva, incluso cuando no les estás pidiendo apoyo? Se trata de personas que llevan la amabilidad por bandera y siempre están dispuestas a echar una mano.

Podríamos creer que la amabilidad es siempre buena, pues ayuda a mantener nuestro bienestar... pero no lo es cuando se sobrepasan los límites y se actúa en todos los momentos de forma amable. Se trata de amabilidad tóxica... una forma increíble en la que nos olvidamos de nosotros, por estar al tanto de los demás.

“A veces somos tan bondadosos que nos olvidamos de nosotros mismos y dejamos que los demás pasen por encima nuestro. Creemos que hay que ser siempre buenos y comenzamos a invisibilizarnos”.

Amabilidad excesiva: cuando me desdibujo
A veces damos tanto por los demás, que dejamos de pensar en nosotros mismos. Piensa en la típica situación en la que una madre hace todo por el bienestar de sus hijos y se preocupa tanto por ellos, que se olvida de sus propias necesidades. No quiere decir que hacer algo por el otro esté mal, pero centrarnos en ello solamente, sí. Entonces, contamos con situaciones en las que queremos complacer a los demás, bien sea porque nos pidan ayuda o porque sin pedirla, creamos que nos necesitan y nos ofrezcamos a hacerles sentir bien por todos los medios.

Aunque no lo creas, ese exceso de amabilidad puede llegar a incomodar, pues a veces no dejamos que la otra persona realice lo que desea porque nos adelantamos a ella. De esa forma, nos enfocamos solamente en lo que creemos que la otra persona necesita y nos olvidamos de lo que nosotros necesitamos.

De este modo, nos desdibujamos, nos comenzamos a volver invisibles gracias a nuestras propias acciones. Al estar siempre al tanto del otro, nos ponemos en último lugar:

es una forma de pasarnos por alto, de restarnos importancia.

Cuando no soy capaz de decir “no”, por mi amabilidad excesiva

También puede suceder, que le demos a la amabilidad un valor muy alto. Entonces, como creemos que debemos ser amables, no marcamos límites y siempre decimos que sí a todo... estamos dispuestos a hacer lo que nos pidan, con tal de ser buenas personas.

¿Qué tiene de malo? Si son cosas que no te incomodan, ¡por supuesto que no tiene nada de malo!, pero imagina que por ser amable tienes que estar en una situación incómoda... ¿estarías dispuesto a sentir un malestar solo por ser amable?

Muchas veces caemos en esta trampa: creemos que para ser buenas personas tenemos que aceptar lo que nos pidan, pues así complacemos a los demás y quedamos bien con ellos. Pero ¿y nosotros? Ningún extremo es adecuado: se puede ser amable poniendo límites para no pasar por encima de nosotros mismos, ni dejar que otros lo hagan.

Desventajas de la amabilidad excesiva

La amabilidad tóxica trae una serie de obstáculos para nosotros y para nuestro entorno. Échales un vistazo a las siguientes desventajas, para que no te olvides de ti por ser demasiado amable.

- Inseguridad.
- Baja autoestima.
- Menor autoconocimiento.
- Relaciones menos auténticas
- Retroalimentación del sentimiento de culpabilidad.
- Incrementa la dependencia de las relaciones.
- Mayor ansiedad.
- Puede aumentar la necesidad de aprobación de los demás en todo momento.

Estas son sólo algunas de las desventajas de la amabilidad tóxica. Es como un círculo vicioso, en el que nos olvidamos de nosotros. Va disminuyendo nuestra valía y creamos relaciones que nos pueden causar sufrimiento, porque siempre estamos a la espera de lo que necesite el otro.

Entonces, cuando no está el otro, no sabemos qué hacer porque siempre actuamos para él. Al igual que si se enfada, como no estamos

acostumbrados a pensar en nosotros cuando el otro no está disponible, nos comienza a costar disfrutar de nuestra propia compañía.

“Me alejo más de mí, en cuanto te pongo como prioridad en todo momento”.

Estrategias para dejar de ser amable en exceso
Ahora bien, aunque la amabilidad excesiva puede llegar a convertirse en parte de nosotros, existen formas de comenzar a ser amables de una forma más sana. Así, nos damos el valor que merecemos y contamos con relaciones más auténticas y fluidas.

• Pon límites. Hazle saber a las personas hasta dónde pueden llegar contigo. Es decir, decirles las cosas que te molestan, lo que no harías, lo que te incomoda, etc. Así, las personas sabrán qué cosas pueden pedirte y cuáles no.

• Dile adiós a la culpabilidad. A veces hay que decir “no”. Deja de sentirte culpable por no hacer un favor o no estar siempre para las demás personas. No tienes que hacerlo y eso no significa que dejes de ser amable: quiere decir que también te consideras importante.

• Haz una lista con tus prioridades. Puedes seguir estando para los demás, pero sin dejarte a un lado. Organízate y decide cuáles son las cosas primordiales en tu vida. Así, sabrás con qué tiempo cuentas para los demás y en qué momentos puedes estar para ellos.

• Autoconócete. Así sabrás qué es lo que quieres, entonces será más fácil poner prioridades y límites a los demás. Y entenderás con mayor profundidad tus sentimientos y pensamientos, y podrás comprender por qué te cuesta ponerte atención.

Como puedes ver, se trata de preocuparte por ti: no será tan complicado pues si ya sabes tratar muy bien a los otros, seguro que puedes hacerlo contigo. Entonces, no olvides que la amabilidad es importante, pero en su justa medida.

El costo de ser excesivamente amables con los demás, es dejarnos a un lado. Ahora bien, para dar la cuota justa de amabilidad, debes confiar en ti y valorarte; solo si te aprecias y sabes lo importante que eres, entenderás que nadie está por encima tuyo.

Además, ten en cuenta que aunque tus intenciones sean las más bondadosas, hay quienes pueden aprovecharse de tu amabilidad excesiva, pues saben que obtendrán lo que desean, porque siempre dices que sí. Céntrate en ti, prioriza y pon límites. En ti está tu poder.