



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 14 N° 3210 - Montevideo, 29 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

CONSORCIOS

CONSORCIO INGENIERO SACEEM FOTOVOLTAICO

CONTRATO: 27.05.2022

INTEGRANTES: Compañía Sudamericana de Empresas Eléctricas, Mecánicas y de Obras Públicas S.A. (SACEEM) e Ingenier S.A.

OBJETO: Suministro, montaje y puesta en servicio de la Red de Energía Eléctrica en MT y BT en el marco de la Licitación Pública P54039, adjudicada por UTE según Resolución del Directorio GG N° 082/2022 de fecha 18/05/2022.

PLAZO: Hasta la finalización del contrato, y extinción de las obligaciones asumidas en el mismo y recepción definitiva de las obras.
DOMICILIO: Avenida Millán 3221, Montevideo

ADMINISTRACIÓN: Comité Ejecutivo integrado por un representante de cada Parte

REPRESENTACIÓN: Será ejercida por Saceem e Ingenier actuando conjuntamente y de la siguiente forma: Daniel Vázquez CI 1.893.829-3, Gastón Braga CI 2.670.930-3 y Victoria López CI 3.682.782-8, cualesquiera indistintamente por Ingenier S.A.; Saceem actuará representada por José Luis Grajales CI 1.892.285-4 o un director de SACEEM individualmente.

INSCRIPCIÓN: 9508, 15/06/2022

1p-v. 29/07

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

Antonio Barcia e Hijo S.R.L.

Fecha: 24/3/2022.

Inscripción: N° 6681, 3/5/2022.

Cedente: Antonio Rafael Barcia Ocretich
Cesionario: Horacio Jorge Buschiazzo Barcia.

Se transmiten 20 cuotas sociales y 50% indiviso de 40 cuotas sociales.

1p-v. 29/07

CONVOCATORIAS

CACECCOM

LLAMADO A ELECCIONES

DE ACUERDO A RESOLUCION DE ASAMBLEA DEL 23/06/2022, SE CONVOCA A LOS SOCIOS HABILITADOS DE CACECCOM, AL ACTO ELECCIONARIO DE CONSEJO DIRECTIVO Y COMISION FISCAL, QUE SE REALIZARA EL DIA **MARTES 09 DE AGOSTO DE 2022**, EN GUAYABOS 1940, EN EL HORARIO DE 11.00 A 17.00 HORAS
COMISION ELECTORAL

5p-29/07 v. 04/08

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 5° Turno, **PAOLA GABRIELLA LLUBERAS BONABA ó PAOLA GABRIELA LLUBERAS BONABA**,
(IUE: 2-55315/2021)

Montevideo, 28 de abril de 2022.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, **MYRIAM ILDA ESPINOSA BEIROA**,
(IUE: 2-25071/2022)

Montevideo, 24 de junio de 2022.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, **ELSA IRIS ALBANO DENEGRIS**,
(IUE: 2-20222/2022)

Montevideo, 17 de junio de 2022.-

María Noel Cayafa Tapié

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, **ADARY MIRIAM BULLEGAN RODRIGUEZ**,
(IUE: 2-27108/2022)

Montevideo, 20 de julio de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, **VIVALDO MAGALLANES SILVA y EDUVIGES LEGUISAMO o LEGUISAMO RUIZ DIAZ**,
(IUE: 2-32185/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, **SUSANA FILOMENA CARNEVALE BENEJAM**,
(IUE: 2-31435/2022)

Montevideo, 27 de junio de 2022.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, **AGUSTIN PABLO DEL PRETTI BERNIS**,
(IUE: 2-64855/2021)

Montevideo, 23 de febrero de 2022.-

Alexandra Veiga Torres

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, **JULIA INES PEREZ WESTON**,
(IUE: 2-31846/2022)

Montevideo, 26 de julio de 2022.-

Alexandra Veiga Torres

Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08



PROCESOS SUCESORIOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 23° Turno, dictada en autos: «**ESCOBAL, JUANA SUCESIÓN**» IUE 2-41338/2021, se cita, llama y emplaza al Sr/a Julio Cesar y María del Rosario RODRÍGUEZ ESCOBAL a que comparezca a manifestar si acepta/n o repudia/n la herencia del causante JUANA LEOPOLDINA ESCOBAL, por el término de 90 días, a deducir en forma sus derechos, bajo apercibimiento de designarle curador de los bienes (Art. 1071 del Código Civil).
Montevideo, 30 de mayo de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 11/08

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
Actuario Adjunto

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

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,**



<p>(IUE: 2-31003/2022) Montevideo, 8 de julio de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto</p>	<p>Actuario Adjunto 10p-26/07 v. 08/08</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>10p-25/07 v. 05/08</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>10p-25/07 v. 05/08</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>10p-25/07 v. 05/08</p>
<p>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</p>	<p>10p-27/07 v. 09/08</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>10p-26/07 v. 08/08</p>	<p>10p-25/07 v. 05/08</p>
	<p>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</p>	
	<p>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</p>	
	<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, OLGA DE LUJAN AGUIAR FERRARI, (IUE: 2-27382/2022) Montevideo, 14 de junio de 2022.- Florencia María Bonino Reig Actuario Adjunto</p>	
	<p>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</p>	
	<p>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</p>	
	<p>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</p>	
	<p>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</p>	
	<p>10p-25/07 v. 05/08</p>	
	<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, SERGIO VICENTE DE VASCONCELLOS o VASCONCELLOS LÓPEZ,</p>	



(IUE: 2-7138/2022) Montevideo, 4 de marzo de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08	Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08	(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 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 25° Turno, LIZARDO AVELINO PIÑON 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 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 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 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 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 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 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 12° Turno, MARÍA AURORA CUEVAS BRACERAS ó AURORA CUEVAS BRACERAS, (IUE: 2-23282/2022) Montevideo, 26 de mayo de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/07 v. 04/08	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	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 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 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 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 20° Turno, SANTINA OLASCOAGA RODRIGUEZ, (IUE: 2-19120/2022) Montevideo, 15 de junio de 2022.- Bettina Inés Ceriani Bianchi	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 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 19° Turno, CECILIA SIGNORELLI FIORENZA, EDICTO	



Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, MIGUEL ANGEL ó MIGUEL ANGEL LEDESMA JOSE PERA CASTRO , (IUE: 2-8474/2022) Montevideo, 22 de abril de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto	WALTER HUGO VAZQUEZ LEDESMA PEIRALLO , (IUE: 2-28258/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto	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
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, JUANA JULIA ZUÑIGA, MORALES, (IUE: 2-44324/2021) Montevideo, 1 de octubre de 2021.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto	MARIO ROGELIO BONINO (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 9° Turno, PALMIRA FELICIANA MUÑOZ CORBO ó CORVO , (IUE: 2-45660/2021) Montevideo, 14 de marzo de 2022.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto
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	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 11° Turno, AMANDA TERESA FERRER, (IUE: 2-11774/2022) Montevideo, 28 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto
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	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 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
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	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 11° Turno, ROSA EUDOXIA MUÑOZ ETULAIN, (IUE: 2-26875/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- María Magdalena Albanes Cardozo Actuario Adjunto
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	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
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	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
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, MARÍA CLAUDIA GARAGORRY ITURRALDE	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, NÉSTOR ANTONIO PIEDRA POSSEDENTE, (IUE: 2-26336/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde	10p-19/07 v. 01/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, MARÍA MAGDALENA ALBANES CARDOZO



<p>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</p>	<p>Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08</p>	<p>(IUE: 2-24342/2022) Montevideo, 15 de junio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/07 v. 01/08</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>
<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno, HECTOR RUBEN NUÑEZ, (IUE: 2-25956/2022) Montevideo, 6 de junio de 2022.- Andrea María Casal Muzzolón Actuario</p>	<p>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</p>	<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, LUIS RAMÓN SAN MARTIN CARRASCO, (IUE: 2-27869/2022) Montevideo, 27 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07</p>
<p>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 Actuario Adjunto</p>	<p>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</p>	<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, ZULLY TABAREZ HEREDERO y NORBERTO AMADO ARAUJO MAL, (IUE: 2-25368/2022) Montevideo, 9 de junio de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-30/06 19/07 v. 29/07</p>
<p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, NINA IMORENKO o IMURENKO SAJAROV, (IUE: 2-31321/2022) Montevideo, 24 de junio de 2022.-</p>	<p>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</p>	<p>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</p>



Actuario Adjunto 10p-30/06
19/07 v. 29/07

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 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

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 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 Familia de 28° Turno,
FRANCISCO UMBERTO o FRANCISCO HUMBERTO MIGALES STURLA,
(IUE: 2-18482/2022)
Montevideo, 25 de mayo de 2022.-
Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto 10p-30/06
19/07 v. 29/07

PANDO

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 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 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

EDICTO

Juzgado Letrado de Pando de 3° Turno,
MIRTA FELICIA BERRONE ZOTTIMANO o SOTTIMANO,
(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.-
Maria 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

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.