



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 14 N° 3233 - Montevideo, 1 de Setiembre 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

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

WSRL

Cesión de Cuota

Fecha: 21/01/2022

Inscripción: 1395, 28/01/2022

Cedentes: Laura Leticia LIMA RECALDE (10 cuotas) e Irma Eladia RECALDE URIARTE (20 cuotas)

Cesionario: Nelson Daniel LIMA RECALDE (30 cuotas)

1p-v. 01/09

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 17° Turno, **RODRIGO FERRES RUBIO y ANA INES DIAZ PUCCIANO**, (IUE: 2-39308/2022)

Montevideo, 30 de agosto de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 19° Turno en autos: «**LEIVAS ESPAÑA, SUSANA INCAPACIDAD**», IUE 2-6584/2017, se hace saber que por Resolución N° 2676/2021 de fecha 26/08/2021, dictada por éste Juzgado, se ha designado curador/a definitivo/a del ya declarado incapaz **SUSANA LEIVAS ESPAÑA**, al/a Sr/a. **DARBIN JESUS LARA FERNANDES**, quien aceptó el cargo con fecha 18/10/2021 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones.

Montevideo, 16 de junio de 2022.-

Andrea María Casal Muzzolón

Actuario

10p-01/09 v. 14/09

María Elisa Álvarez Peña

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

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 1° Turno, **JUAN MEDRANO SARTAJES**, (IUE: 2-36384/2022)

Montevideo, 29 de agosto de 2022.-

Luis Gustavo Maquieira Veraza

Actuario

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, **MIGUEL ANGEL PEREIRA SAN PEDRO**, (IUE: 2-37649/2022)

Montevideo, 18 de agosto de 2022.-

Luciana Fagúndez Dornelles

Colab. Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, **NELLY LARROSA BRUM**, (IUE: 2-33376/2022)

Montevideo, 27 de julio de 2022.-

Luciana Fagúndez Dornelles

Colab. Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, **PEDRO STANICK SZYMEZYK y JUAN GREGORIO STANICK o ESTANIKE**, (IUE: 2-13517/2018)

Montevideo, 6 de junio de 2022.-

Luis Gustavo Maquieira Veraza

Actuario

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, **LEA LACUESTA DE SOUZA**, (IUE: 2-40064/2010)

Montevideo, 20 de mayo de 2022.-

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, **JORGE ENRIQUE CUÑA ALVEZ**, (IUE: 2-19634/2022)

Montevideo, 29 de agosto de 2022.-

María Fernanda Capote Arosteguy

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, **WASHINGTON ELIAS MARTINEZ y MARIA MANUELA MACHADO CLAVIJO**, (IUE: 2-37927/2022)

Montevideo, 19 de agosto de 2022.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, **DANIEL LINO BARBOZA**, (IUE: 2-29014/2022)

Montevideo, 17 de junio de 2022.-

Bettina Inés Ceriani Bianchi

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, **ROMAN USLENGHI**, (IUE: 2-34971/2022)

Montevideo, 15 de agosto de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, **CAROL MARIA SCHMIDT**, (IUE: 2-26608/2022)

Montevideo, 6 de julio de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, **ODARCIRA GLORIA SASTRE**, (IUE: 2-38252/2022)



Montevideo, 11 de agosto de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
LAURA MABERINO DE ROMAN o LAURA ZULEMA MABERINO o LAURA ZULEMA MABERINO DOMINE y ALEJANDRO RUFINO ROMAN WILLIGTON o WILLINGTON,
(IUE: 2-30791/2022)

Montevideo, 22 de julio de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
JUAN CARLOS MORANDO REGGIO,
(IUE: 2-40394/2022)

Montevideo, 18 de agosto de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

PANDO

EDICTO

Juzgado Letrado de Toledo de 1° Turno,
ARMENTAL GOMEZ,
(IUE: 574-336/2021)

Toledo, 5 de agosto de 2021.-
Andrea Gissel Hernández Rodriguez
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

SALÓN CALYFA

CONFECCION DE
TALONARIOS DE
ACCIONES
DECLARACION DE
ITP

**PAGUE E-TIMBRE
AQUÍ**

**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,
JUAN ALFREDO DOS SANTOS DACUÑA,
(IUE: 2-37157/2022)

Montevideo, 2 de agosto de 2022.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
PETRONA CASAL UDINI,
(IUE: 2-38101/2022)

Montevideo, 23 de agosto de 2022.-
Patricia Gonçalves Flores
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
JACINTA ALONSO MELO,
(IUE: 469-370/2012)

Montevideo, 11 de agosto de 2022.-
Luciana Fagúndez Dornelles
Colab. Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
JESÚS SANCHEZ ó JESÚS SANCHEZ BEIROA y EMMA CELINA LANDONI,
(IUE: 2-32397/2022)

Montevideo, 24 de agosto de 2022.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
EUGENIO SILVEIRO o SILVERIO CEIJAS y OFELIA RAQUEL HORNOS,
(IUE: 2-41220/2022)

Montevideo, 24 de agosto de 2022.-
María Fernanda Capote Arosteguy
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
MARY MIRANDA CASAS,
(IUE: 2-32380/2022)

Montevideo, 22 de agosto de 2022.-
María Fernanda Capote Arosteguy
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
GABRIEL FERNANDO VAZQUEZ

RAGGIO,

(IUE: 2-40997/2022)

Montevideo, 29 de agosto de 2022.-
Cinthia Meliza De Leon Recarey
Administrativo IV

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
GLADYS CORREA VIDELA,
(IUE: 2-31325/2022)

Montevideo, 23 de agosto de 2022.-
María Fernanda Capote Arosteguy
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
NELSIA ó NELSA SILVERA CAIN y WALTER SILVERA,
(IUE: 2-29994/2022)

Montevideo, 28 de julio de 2022.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
MABEL ELSA GONZALEZ PINTOS,
(IUE: 2-37555/2022)

Montevideo, 24 de agosto de 2022.-
Adriana María Horjales Castro
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
JUAN JOSE PEREZ SICILIA,
(IUE: 2-33038/2022)

Montevideo, 12 de agosto de 2022.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
AJAHIR o YAHIR ANTONINO ROCHA y LUIS EDUARDO SILVA ANTONINO,
(IUE: 2-4947/2022)

Montevideo, 16 de agosto de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
ANNA HILDA SILVEIRA PINTOS,
(IUE: 2-31334/2022)

Montevideo, 27 de junio de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
ROBERT MIGUEL o ROBERT MIGUEL ANGEL GONZALEZ PERALTA,
(IUE: 2-42414/2022)

Montevideo, 26 de agosto de 2022.-
Valentina Soledad Barrera Avila



Actuario Adjunto 10p-31/08 v. 13/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, ALFREDO MORAN MACHADO, (IUE: 2-42162/2022) Montevideo, 26 de agosto de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, GLADYS OLIVA SOSA, (IUE: 2-31478/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto	Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, JUAN CARLOS ROJO, (IUE: 2-30589/2022) Montevideo, 19 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-31/08 v. 13/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, SARA MARGARITA SCHINCA MONTALDO, (IUE: 2-29972/2022) Montevideo, 26 de julio de 2022.- Alexandra Veiga Torres Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, GUSTAVO ONOFRE AVELLO VELAZQUEZ y MARGARITA ELVIRA ESPANTOSO SORIA, (IUE: 2-15212/2022) Montevideo, 2 de mayo de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, AURORA ANGELICA CARBAJAL MARTINEZ y EUSEBIO DE MORA, (IUE: 2-39593/2022) Montevideo, 19 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-31/08 v. 13/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, MARTINA SOL BERTI COLOMBO, (IUE: 2-36217/2022) Montevideo. 18 de agosto de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, SILVANA DEL NOTARO, (IUE: 2-33452/2022) Montevideo, 22 de agosto de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, ALBA ZULEMA POSADA OTERO, (IUE: 2-28224/2022) Montevideo, 20 de junio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-31/08 v. 13/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, JOSÉ OSCAR ZIMET Ó JOSÉ USZER ZIMID y SARA GOLDA ZYLBERSZTEJN KELLER , (IUE: 2-40594/2022) Montevideo, 24 de agosto de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, CAROLINA REPETTO RAMONDIN o RAMUNDINI y BLANCA IRIS REPETTO, (IUE: 2-33129/2022) Montevideo, 22 de agosto de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, NORMA VITALE ALVAREZ, (IUE: 2-32415/2022) Montevideo, 4 de agosto de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-30/08 v. 12/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, MELITON VIQUE TABAREZ y LAUDELINA MACHADO , (IUE: 2-30710/2022) Montevideo, 22 de agosto de 2022.- María Fernanda Capote Arosteguy Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, MARTHA SUSANA CASTELLUCCIO PASSARELLA, (IUE: 2-42293/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, RAFAEL SINISTRI ORTHOLAN, (IUE: 2-18153/2022) Montevideo, 11 de agosto de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-30/08 v. 12/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, WALDEMAR ROSANO VALDEZ, (IUE: 2-26917/2022) Montevideo, 23 de agosto de 2022.- Marisa Ramona Planamente Marcote Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, ORLANDO ACOSTA ÁLVAREZ, (IUE: 2-40799/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, VÍCTOR o VITO ROBERTO TANCREDI, (IUE: 2-38425/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-30/08 v. 12/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, CARLOS ALBERTO ROMERO FIGUEREDO, (IUE: 2-37695/2022) Montevideo, 19 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, ELIDA SATURNINA NUÑEZ HERNANDEZ, (IUE: 2-39998/2022) Montevideo, 24 de agosto de 2022.- María Fernanda Capote Arosteguy Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, RAQUEL MARIE BETHENCOURT TABERNE, (IUE: 2-34081/2022) Montevideo, 5 de agosto de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto
Actuario Adjunto 10p-30/08 v. 12/09 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, MARÍA DELIA MORELLI TORRETTA, (IUE: 2-37884/2022) Montevideo, 10 de agosto de 2022.- María Noel Cayafa Tapié	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, MARÍA DELIA MORELLI TORRETTA, (IUE: 2-37884/2022) Montevideo, 10 de agosto de 2022.- María Noel Cayafa Tapié	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, MARÍA DELIA MORELLI TORRETTA, (IUE: 2-37884/2022) Montevideo, 10 de agosto de 2022.- María Noel Cayafa Tapié



Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, MARÍA IRENE BRIOZZO BELTRAME, (IUE: 2-37808/2022) Montevideo, 11 de agosto de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	(IUE: 2-41041/2022) Montevideo, 15 de agosto de 2022.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, ÁNGEL RAÚL IBARZABAL ODRIOZOLA, (IUE: 2-34188/2022) Montevideo, 10 de agosto de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, VICENTE RAÚL MORAES MACHADO y NIBIA NINFA TRINIDAD RODRÍGUEZ, (IUE: 2-35639/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, JOSE ANTONIO TORRADO MATO, (IUE: 2-37169/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, HILDA LOLA VALLARINO CAMPOS, (IUE: 2-34235/2022) Montevideo, 19 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, RUDEMAR TECHERA RESQUIN, (IUE: 2-31853/2022) Montevideo, 19 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, JUSTA HERNANDEZ BARRETO, (IUE: 2-39689/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, OSCAR ALVAREZ HERNANDEZ, (IUE: 2-40601/2022) Montevideo, 22 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, GUIDO SAIZAR RIMOLDI, (IUE: 2-32844/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, JUAN ANTONIO D'AIUTO RUGGIERO, (IUE: 2-36704/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, PALMIRA FREIRE VELO, (IUE: 2-29363/2022) Montevideo, 17 de junio de 2022.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, ANTONIA BARRERA CORREA, (IUE: 2-36374/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, JOSE ANGEL CAEIRO ALVIRA; MARIA INES VERNASSA DE OLIVA y MARIA CRISTINA CAEIRO VERNASSA, (IUE: 2-2686/2022) Montevideo, 21 de febrero de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, MIRTA PETRONA OLID PIRIZ, (IUE: 2-33999/2022) Montevideo, 16 de agosto de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, RICHARD IBAR CASTRO PEREYRA y ESMERALDA BOLON VOCE o VOSE, (IUE: 2-40607/2022) Montevideo, 22 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, EMA DALMIRA PERDOMO MUNIZ, (IUE: 2-60493/2020) Montevideo, 9 de setiembre de 2021.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/08 v. 05/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, HILARIA MARGARITA DURAN CASAL DE ROMERO o HILARIA MARGARITA MARIA CLEOFE DURAN CASAL y MIGUEL IRIS ROMERO BITANCURT, (IUE: 2-37932/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Alexandra Veiga Torres Actuario Adjunto 10p-24/08 v. 07/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, NEREIDA MARIA ALZAMENDI LIESEGANG y JOSE WALTER RONDAN CARBAJAL, (IUE: 2-13686/2022) Montevideo, 3 de mayo de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, JULIA ISABEL RICCA NAVACHE, (IUE: 2-32244/2022) Montevideo, 5 de agosto de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-22/08 v. 05/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, JULIO ALFREDO CORREA OLIVER, (IUE: 2-30241/2022) Montevideo, 16 de agosto de 2022.- María Claudia Garagorry Iturralde Actuario Adjunto 10p-23/08 v. 06/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, LUIS ALBERTO LOPEZ ARISMENDI, (IUE: 2-36094/2022) Montevideo, 4 de agosto de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/08 v. 05/09	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, SELVA CRISTINA DIMATTEO MOLLER, (IUE: 2-36094/2022) Montevideo, 4 de agosto de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-22/08 v. 05/09



EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, NILFA NORMA FIERRO BAUTEL y MARTE WASHINGTON MARTÍNEZ MARABOTTO, (IUE: 2-33936/2022) Montevideo, 18 de agosto de 2022.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario	GRACIELA ISABEL SIRITTO ó SIRITO FUNES ó FUNEZ, (IUE: 2-11184/2021) Montevideo, 4 de agosto de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto	Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto 10p-19/08 v. 02/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, EUGENIA MOLINA , (IUE: 2-28250/2022) Montevideo, 16 de agosto de 2022.- Hilda Janet Cristóbal Pintado Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, RAQUEL MERCEDES LOPEZ AZARETTO, (IUE: 2-29402/2022) Montevideo, 19 de julio de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, MARIA RAQUEL GODOY VALDEZ, (IUE: 2-9578/2022) Montevideo, 25 de marzo de 2022.- Patricia Gonçalves Flores Actuario 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, MARIA JULIA FERNANDEZ CERANTE o CERANTES, (IUE: 2-18801/2022) Montevideo, 25 de mayo de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, ANA ROSENZWEIG OLIVERA, (IUE: 2-32472/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, GLADYS NIBIA GARCIA GARCIA, (IUE: 2-33777/2017) Montevideo, 29 de noviembre de 2018.- Natalia Verónica Meloni Machado Actuario Adjunto 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, IRMA LEONOR CABRERA GUILLEN, (IUE: 2-32880/2022) Montevideo, 22 de julio de 2022.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno, ALEJANDRA LORENA SUREDA REGE, (IUE: 2-38422/2022) Montevideo, 5 de agosto de 2022.- Andrea María Casal Muzzolón Actuario	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, NELIDA YOLANDA BERGARA DOMINGUEZ, (IUE: 2-36303/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.- Marisa Ramona Planamente Marcote Actuario Adjunto 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, GRACIELA HERMINIA FERNANDEZ BRIZ, (IUE: 2-31789/2022) Montevideo, 28 de julio de 2022.- Patricia Gonçalves Flores Actuario	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, JOSE ALCARAZ PORTEIRO y MARIA LUISA DELGADO DE ALCARAZ, (IUE: 61-222/2000) Montevideo, 1 de setiembre de 2020.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, JOSE MARIA FARIÑA, (IUE: 2-38106/2022) Montevideo, 15 de agosto de 2022.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, DINA NORA RODRÍGUEZ PICCARDO ó PICCARDO , (IUE: 2-22255/2022) Montevideo, 11 de agosto de 2022.- Luciana Fagúndez Dornelles Colab. Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, CARLOS PABLO HERNANDEZ NUÑEZ, (IUE: 2-33850/2022) Montevideo, 3 de agosto de 2022.- Alexandra Veiga Torres Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, MIGUEL RICARDO HECTOR QUESADA ZAPIOLA , (IUE: 2-33807/2022) Montevideo, 5 de agosto de 2022.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, PABLO SEGUI MOROSINI, (IUE: 2-24696/2022) Montevideo, 14 de junio de 2022.- Beatriz Cecilia Morales Bosch Actuario	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, MIREYA FRANCO GINI, (IUE: 2-39716/2022) Montevideo, 5 de agosto de 2022.- Flores María Bonino Reig Actuario Adjunto	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, MARIA FIORINA D'ADDONA MASELLI, (IUE: 2-25189/2022) Montevideo, 2 de agosto de 2022.- Marisa Ramona Planamente Marcote Actuario Adjunto 10p-18/08 v. 01/09
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, MARGARITA BLANCA VELAZQUEZ RODRIGUEZ, (IUE: 2-33036/2022) Montevideo, 17 de agosto de 2022.-	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, ALEJANDRO DE LOS SANTOS MAYANS ó MAYANO , (IUE: 2-35335/2022) Montevideo, 16 de agosto de 2022.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-18/08 v. 01/09

**EDICTO**

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
ROBERTO ROSAS CABRERA,
(IUE: 2-34304/2022)

Montevideo, 3 de agosto de 2022.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-18/08 v. 01/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
MARTA ELSA CARBAJAL CASERES,
(IUE: 2-15854/2022)

Montevideo, 3 de mayo de 2022.-
Hilda Janet Cristóbal Pintado
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
FLORA COUTO ALONSO,
(IUE: 2-34737/2022)

Montevideo, 2 de agosto de 2022.-
Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

PANDO**EDICTO**

Juzgado Letrado de Atlántida de 3° Turno,
JUAN JOSÉ MERONI MACHIOILLI,
(IUE: 541-100/2022)

Atlántida, 18 de mayo de 2022.-
Alicia Graciana Aparain Borjas
Actuario Adjunto

10p-26/08 v. 08/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Toledo de 1° Turno,
JORGE WILLIAM DAVILA MARENALES,
(IUE: 575-77/2022)

Toledo, 3 de junio de 2022.-
Mónica Beatriz Falótico Capó
Actuario

10p-18/08 v. 01/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Pando de 4° Turno,
BAUDILIA VAUDILIA ALEJANDRINA COSTA DUARTE,
(IUE: 176-315/2022)

Pando, 8 de agosto de 2022.-
Viviana Karen Rodríguez Ruíz
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

LAS PIEDRAS**EDICTO**

Juzgado Letrado de Las Piedras de 6° Turno,
ADELAIDA RODRIGUEZ GOMEZ,
(IUE: 458-184/2022)

Las Piedras, 12 de agosto de 2022.-
Claudia de Lourdes Rodríguez Morello
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

PROCESOS SUCESORIOS**PANDO****EDICTO**

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Pando de 3° Turno, dictada en autos: «**HERNANDEZ DE ARMAS, SOFIA SUCESION**» IUE 175-221/2019, INTÍMESE A MIRTA JOSEFA HERNANDEZ ACUÑA, que manifieste si acepta o repudia la herencia de la causante SOFIA HERNANDEZ DE ARMAS, en el plazo de 45 días, bajo apercibimiento designar curador de bienes, que acepte por ella la herencia, con beneficio de inventario.-

Pando, 23 de agosto de 2021.-
Andrea Ivanna Ramírez Capillera
Colab. Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

PRESCRIPCIONES**EDICTO**

Por disposición del Sr/a. Juez de Paz Departamental Capital de 23° Turno, dictada en autos: «**GIORDANO BIANCHI, MARIA - PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA BIEN INMUEBLE**» IUE 2-26617/2018, según providencia N° 3803/2019 de fecha 13 de Noviembre de 2019, se CITA, LLAMA y EMPLAZA, por el término de NOVENTA DÍAS, a la última propietaria Erasma GADEA CARRASCO o sucesores de la misma, a los propietarios de los padrones linderos 44814, 44874 y 44812 y a todos los que se consideran con derechos sobre el 30% indiviso del bien inmueble cuya prescripción se solicita, Padrón N° 44.813, ubicado en la localidad catastral Montevideo, Departamento de Montevideo, el que según plano de mensura prescripción del Ing. Agr. Alberto C. Di Leoni Sirtori de mayo de 2018, inscripto en la Dirección Nacional de Catastro, registro provisorio N° 2164, el 11/06/2018, tiene una superficie de 322,03 m.c y se deslinda así: al Noreste 9,82 metros de frente a Camino Vidiella; al Sureste 32,67 metros lindando con padrón 44814; al Suroeste 9,82 lindando con padrón 44874; al Norte 32,92 metros lindando con padrón 44812; bajo apercibimiento de designar Defensor de Oficio.

Montevideo, 06 de marzo de 2020.-
Ana Laura Demaría Méndez
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

VENTA DE COMERCIOS**VENTA DE COMERCIO.**

LEY 2904. ALVARO GASTÓN MARIONI KOPICZKO prometió vender a ALEJANDRO JAVIER FERNANDEZ y MICAELA ALEJANDRA ELLERMAN TABORDA, el salón El Pito sito en Ariel 4842 bis, Montevideo. Acreedores allí.

20p-19/08 v. 16/09

RECTIFICACION DE PARTIDAS**EDICTO**

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 10° Turno, dictada en autos caratulados: «**SOSA VEROCAY, RODRIGO y otro - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-37977/2022, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Nacimiento de: FEDERICA SOSA MEDAGLIA, inscripta el día 25/10/2012, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 6 del Departamento de Montevideo, Acta N° 2214, en el sentido que: en donde dice «C.I. 2.597.266-0» debe decir «C.I. 2.597.286-0» por así corresponder.

Montevideo, 15 de agosto de 2022.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-18/08 v. 01/09

NIÑEZ Y ADOLESCENCIA**EDICTO**

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 13° Turno, dictada en autos caratulados: «**CABRAL OLMEDO, DANA c/ SOSA BERAZATEGUI, MAURO - PÉRDIDA PATRIA POTESTAD**», IUE 2-6192/2022, se cita, llama y emplaza a MAURO ESTEBAN SOSA BERAZATEGUI, a fin de que comparezca a deducir sus derechos en estos autos, por el término de 90 días, bajo apercibimiento de designarle Defensor de Oficio en caso de no comparecer, con quien se continuarán estos procedimientos.

Montevideo, 23 de agosto de 2022.-
Marisa Ramona Planamente Marcote
Actuario Adjunto

10p-26/08 v. 08/09

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 6° Turno, dictada en autos: «**SALAS URDANETA, LUZ c/ SERRANO LOPEZ, SEBASTIAN - PÉRDIDA PATRIA POTESTAD**» IUE 2-35848/2022, emplácese a SEBASTIAN CLARET SERRANO LOPEZ, por desconocerse su domicilio real, bajo apercibimiento de designarle Defensor de oficio que lo represente. Cúmplase el emplazamiento por 90 días.

Montevideo, 12 de agosto de 2022.-
Marisa Ramona Planamente Marcote
Actuario Adjunto

10p-23/08 v. 06/09

El Redactor
PUBLICACIONES
JUDICIALES
Y COMERCIALES



CONVOCATORIAS

ALENSTAR SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 9 hs, en segunda convocatoria 10 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

FARMAZUL SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 9:10 hs, en segunda convocatoria 10:10 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

EXPANDIR SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 9:20 hs, en segunda convocatoria 10:20 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

FARSOLIS SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, en primera convocatoria 9:30 hs, en segunda convocatoria 10:30 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

CALAFATE SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 9:40 hs, en segunda convocatoria 10:40 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

TRESIGLOS SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, en primera convocatoria 9:50 hs, en segunda convocatoria 10:50 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

CALOUSD SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 10 hs, en segunda convocatoria 11 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

KARINE SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 10:10 hs, en segunda convocatoria 11:10 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

NATIZEI SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 10:20 hs, en segunda convocatoria 11:20 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

GRUKE SOCIEDAD ANONIMA

Convocatoria a Asamblea Ordinaria de Accionistas

Día 27/9/2022, en Avenida Bolivia 1427, Montevideo, en primera convocatoria 10:30 hs, en segunda convocatoria 11:30 hs, con el siguiente orden del día:

- 1) Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.-
- 2) Consideración del Balance y Memoria de ejercicio cerrado 31/3/2022.
- 3) Distribución de Utilidades.
- 4) Designación de dos accionistas para firmar el acta.

3p-31/08 v. 02/09

El Redactor PUBLICACIONES

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 22° Turno,
PAULA NATALIA POGGIO HELGUERA
y **JORGE LUIS MORALES ACOSTA,**
(IUE: 2-33891/2022)

Montevideo, 22 de agosto de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-24/08 v. 07/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
LUCIANA ROSIS LIZASO DELBONO
y **ALVARO FRANCISCO MISA MARTINEZ,**
(IUE: 2-29447/2022)

Montevideo, 12 de agosto de 2022.-

Hilda Janet Cristóbal Pintado

Actuario Adjunto

10p-23/08 v. 06/09



Cultivar el sentido de la esperanza para reducir la ansiedad

Un modo de reducir el estrés y la ansiedad del día a día, es desarrollar un enfoque mental basado en la esperanza. Esta dimensión integra aspectos, como la mentalidad de crecimiento y la resiliencia, para poder apagar la angustia y las ideas negativas.

Una forma de reducir el peso asfixiante de la ansiedad, es aprendiendo a cambiar nuestro enfoque mental. Así, algo tan adecuado como cultivar el sentido de esperanza en el día a día, nos ayudaría a disolver la impronta de esta condición psicológica. Es más, una serie de estudios recientes nos explican que podría ser una fuente de «curación» muy interesante.

Ahora bien, es muy posible que más de uno, ponga en duda esta idea. Al fin y al cabo, el concepto de esperanza es para muchos poco más que un concepto romántico, una idea bienintencionada pero quizá, con escaso rigor terapéutico. Nada más lejos de la realidad. Decía la escritora y activista Helen Keller, que no se puede ir por la vida sin esperanza y autoconfianza, porque sin estas dos dimensiones, se pierden las fuerzas.

Una idea nos ayuda a entender la implicación de este término en relación a la ansiedad cotidiana. Esperanza es básicamente confianza, pensando que en el futuro se cumplirán nuestras expectativas. Es a su vez, el deseo combinado con el optimismo, ahí donde uno es capaz de focalizarse en un horizonte más amable e incluso, ilusionante.

Lo opuesto a la esperanza es el miedo. Aún más, es el convencimiento casi absoluto de que eso que está por venir, es amenazante y va en nuestra contra. La mente ansiosa, tiene este mismo patrón de pensamiento. Saberlo, entender cómo trabaja nuestro enfoque mental en estas circunstancias, es el primer paso para hacer cambios... para asumir otras perspectivas.

Cultivar el sentido de esperanza nos

ayudaría a reducir la ansiedad

Los trastornos de ansiedad constituyen un conjunto teórico muy complejo, donde se entremezclan un gran número de microuniversos caóticos. Está la angustia permanente, están esas ideas a menudo perturbadoras y limitantes, así como una serie de emociones que tienen a inflamar aún más la preocupación, la presión e incluso, el miedo.

Podríamos decir que es nuestra sociedad y el actual estilo de vida, lo que nos genera este tipo de situaciones. Podríamos afirmarlo, pero no sería del todo acertado.

La ansiedad no es ni mucho menos el resultado total y absoluto de un contexto o de una serie de circunstancias concretas. Lo es en parte, pero lo que más influye a la hora de que una persona sufra un trastorno del estado de ánimo, es el modo en que afronta su día a día.

En esencia, no es lo que nos pasa: es cómo respondemos a lo que nos sucede. Ahí, influyen desde factores genéticos, tendencias heredadas desde la infancia y a menudo, una falta de recursos psicológicos para manejar las dificultades, por muy pequeñas que sean.

Ahora bien, entendiendo todo esto... ¿en qué nos puede ayudar cultivar la esperanza?

El sentido de esperanza como clave del bienestar psicológico

A la hora de tratar la ansiedad, existen diferentes terapias y enfoques. A veces, son necesarios los fármacos, otras veces complementamos el tratamiento con técnicas de relajación y meditación, como el mindfulness. Hay sin duda diversas estrategias y todas dependen del paciente, y de aquello que se ajuste mejor a sus necesidades.

Matthew Gallagher, psicólogo y profesor de la Universidad de Houston, señala que estamos descuidando un aspecto altamente significativo: el sentido de la esperanza. Así, en un estudio realizado por él mismo y su equipo durante este

año, se demostró que si incluimos en psicoterapia este factor, los cambios se notan.

Se trata, en esencia, de añadir ese componente filosófico, espiritual y emocional donde lograr que la persona vaya cambiando su forma de pensar, de sentir y de percibir la realidad.

Apagar la angustia requiere sin duda el convencimiento interno de que tal vez, las cosas no van a ir tan mal... que si hoy ha sido un mal día, mañana las cosas pueden mejorar.

Los componentes de la esperanza

El doctor Gallagher, autor de este estudio, demostró que el sentido de la esperanza integra algo más que un componente filosófico. No es decirnos únicamente que aquello que tanto deseamos va a suceder; en realidad acoge unos componentes que pueden favorecer nuestra salud mental y que enumeramos a continuación.

- **Resistencia:** capacidad para afrontar la adversidad con fortaleza y seguridad, pero a su vez, con adecuada flexibilidad cognitiva. Es decir, ante cualquier problema, lejos de quedarnos bloqueados en la negatividad, uno debe ser hábil e ingenioso para saber responder.

- **Mentalidad de crecimiento:** el sentido de esperanza se compone también de esta valía excepcional. Define nuestra capacidad para pensar siempre en positivo, superándonos, aunando motivación, y resolución para avanzar en la vida y ante cualquier circunstancia.

Si incluyéramos estos enfoques en nuestro día a día, nuestra realidad daría un cambio. Se reduciría la angustia, la inseguridad y la sensación de que no tenemos el control sobre lo que nos sucede.

Desarrollar un sentido de la esperanza auténtico, útil y saludable, requiere tiempo; no obstante, si nos comprometemos en ello, podremos lograrlo.

La Mente es Maravillosa