



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 15 N° 3465 - Montevideo, 7 de Setiembre de 2023.- 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

CONVOCATORIAS

Lebornal Company S.A. CONVOCATORIA

Se convoca a Asamblea Extraordinaria de Accionistas de la Sociedad a celebrarse el **3 de Octubre de 2023 a las 12:00 hs** en primera convocatoria y 13:00 hs en segunda convocatoria, en Bulevar España 2253, piso 1, Montevideo, a efectos de tratar el siguiente

ORDEN DEL DIA:

1. Designar el presidente de la Asamblea.
2. Informe de la situación actual de la empresa y posibles soluciones.
3. Designar los firmantes del acta.

El Registro de Accionistas podrá hacerse desde hoy, mediante agenda previa vía mail (mario.sanchez.uy@gmail.com) en la misma dirección, de lunes a viernes de 9:00 a 17:00 o el mismo día de la asamblea una hora antes.

3p-07/09 v. 11/09

Nerdiser S.A. CONVOCATORIA

Se convoca a Asamblea Extraordinaria de Accionistas de la Sociedad a celebrarse el **3 de Octubre de 2023 a las 12:00 hs** en primera convocatoria y 13:00 hs en segunda convocatoria, en Bulevar España 2253, piso 1, Montevideo, a efectos de tratar el siguiente

ORDEN DEL DIA:

1. Designar el presidente de la Asamblea.
2. Informe de la situación actual de la empresa y posibles soluciones.
3. Designar los firmantes del acta.

El Registro de Accionistas podrá hacerse desde hoy, mediante agenda previa vía mail (mario.sanchez.uy@gmail.com) en la misma dirección, de lunes a viernes de 9:00 a 17:00 o el mismo día de la asamblea una hora antes.

3p-07/09 v. 11/09

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

"SEISCABEZAS 2218 SRL" CESIÓN Y MODIFICACIÓN

CONTRATO: 24/02/2023, Montevideo
INSCRIPCIÓN: 3809, 15/03/2023

CEDENTES: Santiago FIRPO PÉREZ 10 cuotas, Rodrigo ARAUJO SOSA 20 cuotas, Joaquín Gabriel INGOLD LERENA 10 cuotas, Ricardo Jesús ACOSTA BENITEZ 20 cuotas, Carlos Alberto SARLI SILVA 20

cuotas.

CESIONARIOS: NEXTCARGO Sociedad Anónima 56 cuotas, Alcides José PADILLA ARAPE 12 cuotas, Eigbert Carlos PÉREZ VÁSQUEZ 12 cuotas

MODIFICACIÓN:

La administración y representación estará a cargo de Eigbert Carlos PÉREZ VÁSQUEZ.

1p-v. 07/09

PROCESOS SUCESORIOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 4° Turno, dictada en autos: «SECCO, INES - SUCESIÓN» IUE 2-14880/2022, se dispuso expedir un edicto ampliatorio al edicto con fecha 29/04/2022, ejemplares N° 30926 y N° 30934 del DIARIO OFICIAL de fechas 10/05/2022 y 24/05/2022 respectivamente y las publicaciones N° 3154 y N° 3163 del Diario EL REDACTOR de fechas 10/05/2022 y 24/05/2022 respectivamente, habiéndose padecido error en cuanto NOMBRE DE CAUSANTE, corresponde rectificar donde dice: «INES SECCO» debe decir «INÉS o INÉS VITALINA SECCO».

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

1p-v. 07/09

RECTIFICACION DE PARTIDAS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 2° Turno, dictada en autos caratulados: «BIARDO, LUIS y otro - RECTIFICACION DE PARTIDA», IUE 2-58250/2023, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Nacimiento de: Mía Morena BIARDO VALLEJO, inscripta el día 16/03/2011, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 2 del Departamento de Montevideo, Acta N° 385, en el sentido que: en donde dice «VALLEJOS» debe decir «VALLEJO» por así corresponder.

Montevideo, 25 de julio de 2023.-

Maria Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 4° Turno, dictada en autos caratulados: «RICARDI, VIVIAN c/ RAMOS, GUSTAVO - PÉRDIDA PATRIA POTESTAD», IUE 2-70724/2023, se cita, llama y emplaza a GUSTAVO ALEXANDER RAMOS BARBOZA, 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 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 27° Turno, dictada en autos: «ROSSI OSSI, EDUARDO - INCAPACIDAD» IUE 2-27938/2022, se hace saber que por Resolución N°2331/2023 de fecha 21/06/2023, se declaró que el Sr. EDUARDO ROSSI padece de un grado de discapacidad que le impide dirigirse a sí mismo, por lo que corresponde la aplicación de salvaguarda máxima designándose como curadora definitiva a la Sra. JENNIFER GADEA, CI:5.436.288-0, quien acepto el cargo el día 04/08/2023

Montevideo, 30 de agosto de 2023.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

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 2° Turno,

RICARDO SILVA SANCHEZ y



OLGA LILIAN GUTIERREZ CHAVEZ,
(IUE: 2-76540/2023)

Montevideo, 31 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
SATENIK KACHADURIAN o KHACHADOURIAN o PANOCIAN o PANOSSIAN o PANACIAN o PANOSIAN
(IUE: 2-42975/2023)

Montevideo, 31 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
CESAR SIENRA RICO,
(IUE: 2-57836/2023)

Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
JOSE FERNANDEZ ALONSO o JOSÉ FERNÁNDEZ ALONSO,
(IUE: 2-65468/2021)

Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno,
ODULIA u OBDULIA ALONSO ó ALONZO DE LEÓN,
(IUE: 2-56354/2022)

Montevideo, 21 de agosto de 2023.-
Ana Claudia Ongay
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
AMALIA RENEE MUNIZ RIVEIRO,
(IUE: 2-71097/2023)

Montevideo, 29 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
MARIA CARMEN o MARIA DEL CARMEN RAMA CUSTODIO,
(IUE: 2-67668/2023)

Montevideo, 29 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
MARIA HILARIA RODRIGUEZ

CABRERA,

(IUE: 2-63115/2021)

Montevideo, 5 de mayo de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
ORIBE EDUARDO HERRERA VILLEGAS,
(IUE: 2-72933/2023)

Montevideo, 4 de setiembre de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
MARIA TERESITA COLL RODRIGUEZ,
(IUE: 2-77715/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
MARIA BEATRIZ BRITES LUZARDO,
(IUE: 2-75394/2023)

Montevideo, 4 de setiembre de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
ALEJANDRO RAFAEL SANTAGATA GRIMÓN,
(IUE: 2-74698/2023)

Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-
Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 4° Turno,
NELSON ISABELINO UMPIERREZ SILVEIRA y NORA ETHEL MARTÍNEZ SERRA,
(IUE: 2-74711/2023)

Ciudad de la Costa, 4 de setiembre de 2023.-
Diego Martín Pasarón Graña
Actuario Adjunto

10p-07/09 v. 20/09

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 2° Turno,
HERMINIA GERÓNIMA VICENTE RUIZ,
(IUE: 2-54646/2023)

Montevideo, 2 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
ANTONIO JOSÉ CALCAGNO CHARLE,
(IUE: 2-70433/2023)

Montevideo, 29 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
ÁLVARO HUGO NÚÑEZ MENÉNDEZ,
(IUE: 2-64488/2023)

Montevideo, 10 de agosto de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
AIDA LUISA ASCER MEDNIK,
(IUE: 2-71788/2023)

Montevideo, 29 de agosto de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
JOSE PRIETO ARES,
(IUE: 2-67322/2023)

Montevideo, 16 de agosto de 2023.-
Fabiana Leticia Lorenzo Peri
Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
ELIAS GELEZOGLO ZATOVICI o ELIAS GELEZOGLU ZATOVICI,
(IUE: 2-61359/2023)

Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-
Adriana María Horjales Castro
Actuario Adjunto

10p-06/09 v. 19/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
MARCOS ARIEL OLIVA ROBALEZ,

El Redactor
SU PUBLICACION
manda el edicto por:
elredactor@vera.com.uy



| | | | | | |
|---|--------------------|---|--------------------|---|--------------------|
| (IUE: 2-42285/2023) Montevideo, 29 de mayo de 2023.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto | 10p-06/09 v. 19/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, JOSE DANIEL RAMIREZ DI BENEDETTO, (IUE: 2-60994/2023) Montevideo, 1 de setiembre de 2023.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | BLANCA GUILLERMINA PURA CHIESA IGARZABAL, (IUE: 2-50646/2023) Montevideo, 29 de agosto de 2023.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, LILA LILIAN CASTELLANO GARDELA, (IUE: 2-49013/2023) Montevideo, 24 de julio de 2023.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto | 10p-06/09 v. 19/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, RAUL ROJAS GARCIA, (IUE: 2-56083/2023) Montevideo, 4 de agosto de 2023.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, WALTER AGUILAR VASCONCELOS, (IUE: 2-68114/2023) Montevideo, 30 de agosto de 2023.- Carolina Silvia Hauret Martínez Actuario | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, MARÍA SARA GONZALEZ SÁNCHEZ o SARA MARIE GONZALEZ, (IUE: 2-74116/2023) Montevideo, 31 de agosto de 2023.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto | 10p-06/09 v. 19/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, ATENAS RAPETTI CABRERA, (IUE: 2-48649/2023) Montevideo, 21 de agosto de 2023.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, ELSA MARÍA TAJES POSE, (IUE: 2-62771/2023) Montevideo, 28 de julio de 2023.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, DIOSMA NELLY HERNANDEZ TORRES, (IUE: 2-66074/2023) Montevideo, 10 de agosto de 2023.- Juan José Carreras Adm.III Colab. Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, WALTER GONZALEZ GONZALEZ, (IUE: 2-24510/2015) Montevideo, 11 de agosto de 2023.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, ALICIA RODRIGUEZ SANT'ANNA o ALICIA OLINDA RODRIGUEZ SANT'ANNA, (IUE: 2-27340/2023) Montevideo, 25 de abril de 2023.- Alexandra Veiga Torres Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, JULIO CÉSAR CAZAUX GONZALEZ, (IUE: 2-66455/2023) Montevideo, 10 de agosto de 2023.- Juan José Carreras Adm.III Colab. Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, OLGA CAROLINA DONATTI GARCÍA y JULIO GABRIEL CABRAL DONATTI, (IUE: 2-24917/2022) Montevideo, 10 de agosto de 2022.- María Noel Cayafa Tapié Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, TERESITA CARRIQUIRY ORTIZ, (IUE: 2-76846/2023) Montevideo, 31 de agosto de 2023.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, WALTER EDUARDO RUIZ AZANZA y ANA MARÍA CONDE MIRABALLE, (IUE: 2-61730/2023) Montevideo, 9 de agosto de 2023.- Juan José Carreras Adm.III Colab. Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, ROSA EDELMIRA DARROFIDE o DARROSPIDE o DARROSPIDES PADIN, (IUE: 2-52640/2023) Montevideo, 30 de agosto de 2023.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, ANTONIO CASELLA y DORA PEDUTO CRIS, (IUE: 2-73668/2023) Montevideo, 31 de agosto de 2023.- Marisa Sandra Sayans Gandós Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno, ROSALIA BARCOS PEDOCCHI, (IUE: 2-62471/2023) Montevideo, 18 de agosto de 2023.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, GERARDO CERVIÑO MOLEDO, (IUE: 2-70176/2023) Montevideo, 29 de agosto de 2023.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, MARTHAAMALIAFRANCESENEBEL, (IUE: 2-76108/2023) Montevideo, 31 de agosto de 2023.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto | 10p-04/09 v. 15/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, RUBEN VARELA DI PETTA, (IUE: 2-58963/2023) Montevideo, 28 de agosto de 2023.- María Elisa Álvarez Peña Actuario Adjunto | 10p-05/09 v. 18/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, | | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, GRACIELA AMELIA MONTANER PINAZZO, (IUE: 2-62951/2023) | |



Montevideo, 29 de agosto de 2023.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
ALCIRA ANCHETA VIEIRA,
(IUE: 2-71692/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Fabiana Leticia Lorenzo Peri
Actuario Adjunto

10p-04/09 v. 15/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
AURA SOSA MORENO,
(IUE: 2-55506/2023)

Montevideo, 30 de agosto de 2023.-
Adriana Maria Horjales Castro
Actuario Adjunto

10p-04/09 v. 15/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
JULIO WALDEMAR SOSA,
(IUE: 2-53782/2023)

Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-04/09 v. 15/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
JULIO CESAR VILA MARTIN,
(IUE: 2-70458/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
**GLADYS INOCENCIA GONZÁLEZ
RODRÍGUEZ,**
(IUE: 2-64240/2023)

Montevideo, 16 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
**WASHINGTON RUBENS PRIETO
GONZALEZ,**
(IUE: 2-34659/2023)

Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
DILMAR NICOLAS VIERA INGOLD,
(IUE: 2-63226/2020)

Montevideo, 8 de febrero de 2021.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
MARTA RENEE PEIRANO PÉREZ,
(IUE: 2-51434/2023)

Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
**STELLA MARIS TRINIDAD
FERNANDEZ,**
(IUE: 2-60979/2023)

Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
JOSE CARLOS REY RAGGIO,
(IUE: 2-68683/2023)

Montevideo, 10 de agosto de 2023.-
Bettina Inés Ceriani Bianchi
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
**MIGUEL CABRERA MARTINEZ y
GREGORIA BENIGNA CURBELO
FERREÑO,**
(IUE: 2-68435/2023)

Montevideo, 24 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
**SERGIO VENOUSTOV ERCHOFF y
ALBA LILA SESSER BAFICO,**
(IUE: 2-71891/2023)

Montevideo, 24 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
CANDIDO FELIX BRUZZONE PEÑA,
(IUE: 2-65541/2023)

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-
María Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
MARIA CRISTINA SPEZANO ALANIZ,
(IUE: 2-72272/2023)

Montevideo, 30 de agosto de 2023.-
Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
**JUAN CARIGI DELGADO o JUAN
PABLO CARIGI DELGADO,**

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
EVA DUARTE MELGAREJO,
(IUE: 2-48683/2023)

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-
Verónica González García
Actuario Adjunto

10p-01/09 v. 14/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
EVA DUARTE MELGAREJO,
(IUE: 2-48683/2023)

Montevideo, 19 de julio de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
SANTOS MARIA RAMIREZ BAIZ,
(IUE: 2-63928/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
**LORELEY MANUELA NOVOMURILLO
o LORELEY NOVO MURILLO o
LORELEY NOVO DE BOTTINO,**
(IUE: 2-61410/2023)

Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
EDUARDO FERENCZI KORONDI,
(IUE: 2-72884/2023)

Montevideo, 28 de agosto de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
RITA JULIA NASIFF,
(IUE: 2-52520/2023)

Montevideo, 30 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
CARMEN AIDA VIMERCATIALFARO,
(IUE: 2-58166/2023)

Montevideo, 27 de julio de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
ELIO GIUSEPPE BRIOZZO BRIOZZO,
(IUE: 2-62896/2023)

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
ELIO GIUSEPPE BRIOZZO BRIOZZO,
(IUE: 2-62896/2023)

**EDICTO**

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
ADRIANA MARGARITA MARTINEZ ALVAREZ,
(IUE: 2-66470/2023)
Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-31/08 v. 13/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
ARISTOTELINO BORBA PAZ
y **MIRTHA AIRES**,
(IUE: 2-61739/2022)
Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
ELBIO GREYTER DELLACASA,
(IUE: 2-62472/2023)
Montevideo, 7 de agosto de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno,
ROBERTO ANTONIO DELFINO BORGES,
(IUE: 2-43252/2023)
Montevideo, 21 de agosto de 2023.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno,
ELLEN DORIS STEIERMANN LEHMEIER o **STEIERMANN LEHMEIER**
o **STEIERMANN de APAI**,
(IUE: 2-65811/2023)
Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
OLGA YOLANDA CRESSERI VILLENEUVE,
(IUE: 2-63172/2023)
Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
MYRIAM TERESA MEDINA GONZÁLEZ,
(IUE: 2-68845/2023)
Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
JOSE ENRIQUE BACHINO LA PORTA,
(IUE: 2-73361/2023)
Montevideo, 28 de agosto de 2023.-
Fabiana Leticia Lorenzo Peri
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
ELVIA RODRIGUEZ ALVAREZ,
(IUE: 2-69416/2023)
Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
MONICA CECILIA URSU CAMPOS,
(IUE: 2-67901/2023)
Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Maria Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
SARALILIAN ANDREINI HERNANDEZ,
(IUE: 2-64223/2023)
Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Maria Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
CARLOS PIEGAS SILVERA,
(IUE: 2-65897/2023)
Montevideo, 8 de agosto de 2023.-
Maria Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
RAMONA VIETA o VIETTA MARTINEZ,
(IUE: 2-68204/2023)
Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Maria Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-30/08 v. 12/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
NELLY RAQUEL VIVAS o NELLY RAQUEL VIVAS o NELLY RAQUEL VIVAS DE PAIVA,
(IUE: 2-56495/2020)
Montevideo, 6 de mayo de 2022.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
BIBIANA ANTONIA MARÍA VIDAL,
(IUE: 2-61587/2023)
Montevideo, 16 de agosto de 2023.-

María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto
10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
MARIA ELMIRA FERNANDEZ GIGENA,
(IUE: 2-71785/2023)
Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
BERTA RITA GONZÁLEZ HERRERA,
(IUE: 2-66184/2023)
Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
JUAN CARLOS FUENTES QUINTELA,
(IUE: 2-62064/2023)
Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
MANUEL RAÚL FONSECA SOSA,
(IUE: 2-48245/2023)
Montevideo, 15 de junio de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
OSCAR RAÚL ETCHEGARAY OLIVERA,
(IUE: 2-28198/2023)
Montevideo, 18 de mayo de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
MARIANO ARANA SANCHEZ,
(IUE: 2-70207/2023)
Montevideo, 22 de agosto de 2023.-
Adriana Maria Horjales Castro
Actuario Adjunto

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
EUSALDA LEGUISAMON o LEGUIZAMON MOREIRA,
(IUE: 2-62334/2023)
Montevideo, 9 de agosto de 2023.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-29/08 v. 11/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,



| | | | |
|--|--|---|--|
| ADAN WALTER OLIVERA MARTINEZ, (IUE: 2-70151/2023) Montevideo, 10 de agosto de 2023.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto | Actuario Adjunto 10p-29/08 v. 11/09 | AMANDA O' NEILL CUESTAS , (IUE: 2-65061/2023) Montevideo, 15 de agosto de 2023.- Verónica González García Actuario Adjunto | Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, 10p-29/08 v. 11/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, VICTOR HUGO FERNÁNDEZ MACHADO, (IUE: 2-56255/2023) Montevideo, 22 de agosto de 2023.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, ANGELA CARRERA FERNANDEZ y JOSÉ MARÍA NOVAS, (IUE: 2-63819/2023) Montevideo, 10 de agosto de 2023.- Juan José Silva Carreras Adm.III Colab. Actuario Adjunto | 10p-28/08 v. 08/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, MARIA ANTONIA YUYUY AMOROS DE BARROS, (IUE: 2-62301/2023) Montevideo, 14 de agosto de 2023.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, TELMO ULISES JUNCAL RIPOLL, (IUE: 2-60109/2023) Montevideo, 11 de agosto de 2023.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto | 10p-29/08 v. 11/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, DEMETRIO STAVRINAKIS MAVRIDU, (IUE: 2-69132/2023) Montevideo, 21 de agosto de 2023.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, JUAN CARLOS ALONSO o JUAN CARLOS ALONSO LOPEZ, (IUE: 2-54040/2023) Montevideo, 24 de agosto de 2023.- Alejandra Isabel Rios Lacava Actuario | 10p-29/08 v. 11/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, FRANCISCO GARLO VRATAR, (IUE: 2-64554/2023) Montevideo, 11 de agosto de 2023.- Maria Leticia Orrico Rocca Actuario Adjunto | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, PERLA LYDIA FLORENTINO PEREYRA, (IUE: 2-45810/2023) Montevideo, 24 de julio de 2023.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario | 10p-28/08 v. 08/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, TERESA BARREIRO GARCÍA, (IUE: 2-69011/2023) Montevideo, 16 de agosto de 2023.- Maria Leticia Orrico Rocca Actuario Adjunto | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, JULIA BOICHENCO FOMICHOV, (IUE: 2-19684/2023) Montevideo, 14 de agosto de 2023.- María Leticia Orrico Rocca Actuario Adjunto | 10p-28/08 v. 08/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, JATUN SHAHINIAN TABAQUIAN de MINASIAN, (IUE: 2-70030/2023) Montevideo, 22 de agosto de 2023.- Mariela Luisa González Fresia Actuario Adjunto | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, ALEJANDRO PEREYRA DIAZ y REINA VIEYTO MOREIRA, (IUE: 2-65964/2023) Montevideo, 17 de agosto de 2023.- María Leticia Orrico Rocca Actuario Adjunto | 10p-28/08 v. 08/09 |
| EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, CELIA CERILIANO FIGUEREDO, (IUE: 2-56463/2023) Montevideo, 18 de agosto de 2023.- Mariela Luisa González Fresia | 10p-29/08 v. 11/09 | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, ELBIO HUMBERTO PEREZ RODRIGUEZ, (IUE: 2-65178/2023) Montevideo, 16 de agosto de 2023.- María Leticia Orrico Rocca Actuario Adjunto | 10p-28/08 v. 08/09 |
| | | EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, NORMA FASCILO GUILLERMO, (IUE: 2-66597/2023) Montevideo, 15 de agosto de 2023.- Verónica González García | 10p-24/08 v. 07/09 |



Actuario Adjunto

10p-24/08 v. 07/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, **MARIA DEL CARMEN RODRIGUEZ,** (IUE: 2-61002/2023)

Montevideo, 21 de agosto de 2023.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-24/08 v. 07/09

CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 2° Turno, **OSVALDO MARIO AZARETTO del PUERTO,** (IUE: 2-67661/2023)

Ciudad de la Costa, 11 de agosto de 2023.-

María Carolina Reyes Carcavallo

Actuario Adjunto

10p-04/09 v. 15/09

EMPLAZAMIENTOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado Civil de 10° Turno, dictada en autos: «**UNION AGRICULTURE GROUP c/ LOPES GOULART, RUI y otros - RESPONSABILIDAD CONTRACTUAL**» IUE 2-69736/2022, según providencia N° 3660/2022 del 8 de diciembre de 2022, se CITA, LLAMA y EMPLAZA, por el término de 90 días a todos los que tengan vocación hereditaria y/ o sean herederos de NOE DORNELES GOULART, a comparecer y estar a derecho en estos autos bajo apercibimiento de designárseles Defensor de Oficio, con quien se seguirán estas actuaciones (art. 127 del CGP). / Montevideo, 17 de julio de 2023.-

María Gabriella Carbone Guerra

Actuario Adjunto

10p-31/08 v. 13/09

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 15° Turno, dictada en autos: «**TANOYRA BONAVITA, MARIA - INCAPACIDAD**» IUE 2-35386/2023, se hace saber que por Resolución N° 3706/2023 de fecha 07/08/2023, dictada por éste Juzgado, se ha designado curador/a provisorio/a de la presunta incapaz **MARÍA CRISTINA TANOYRA BONAVITA,** al/a Sr/a. **BEATRIZ TANOYRA BONAVITA,** quien aceptó el cargo con fecha 15/08/2023 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones.

Montevideo, 21 de agosto de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-05/09 v. 18/09

¿Cuál es tu fórmula para mantenerte feliz?

A veces me preguntan: “¿Y cómo haces para mantenerte así de feliz?” Simple: en cada instante, recuerda que tu realidad es una correlación directa con lo que piensas.

Por eso, te invito a que elijas elevar tu vibración y mantenerte en amor... sentir que la vibración y la positividad del amor se extienden a todos y a todo, en cada momento, especialmente ahora.

¿Cómo? Prueba este ejercicio: sal a la naturaleza... descalzo si es posible... relájate y disfruta realmente de su energía y esencia. Camina despacio, respira profundo y siente la hierba... siéntate en el pasto... abraza un árbol o habla con uno. Inhala profundamente el aire fresco, cálido o frío... o la energía de la fuerza vital. Siente la brisa o los vientos contra tu piel, permítete ser acariciado por el viento. Mira y conéctate con la poderosa luz y energía del sol. Escucha a los pájaros cantando, distingue cuántas variedades escuchas.

Y entonces responde: ¿sientes más paz? Cuanto más te das cuenta de todo lo que escuchas, ves o sientes, mayor y más profunda es tu conexión contigo y con nuestra madre Tierra. Esta toma de conciencia te lleva a un hermoso momento de Ahora.

Te invito: cierra los ojos y entra en tu corazón... siente tu conexión amorosa, natural y fuerte con esta maravillosa Tierra que te sostiene: eres parte de ella y viceversa. ¿Sientes la Unidad?

Si no tienes la oportunidad de estar en la naturaleza, busca otra vía que te conduzca a lograr esa conexión. Esta es una forma de elevar tus frecuencias vibratorias y conocer la Unidad con Todo lo que Es.

Otra forma importante es meditar al menos una o dos veces al día. Si dices que no puedes, eso es solo una excusa. Si dices que no sabes cómo, eso también es una excusa. Siempre hay una manera si realmente quieres algo.

Si deseas la felicidad y paz permanentes, no dejarás que algo se interponga en el camino para lograrlo.

Elige la meditación y toma medidas para aprender, comprender los métodos y luego practicar, practicar, practicar y ¡PRACTICAR!

Este es el camino para reprogramar tu corazón... para alcanzar niveles más altos de conciencia... y eso te llevará a otras dimensiones. Entonces, un día, de la nada,

habrás Despertado y encontrarás la Unidad que eres con Todo y te darás cuenta que Todo eres Tú!

¡Y en ese instante, estarás experimentando Paz Total, Amor Divino, Armonía y Alegría, Abundancia y Sanación! ¡Es euforia, felicidad y felicidad! Levanta el velo que impide tu plena autorrealización Dios-Diosa.

Esta es mi receta, te aseguro que funciona... solamente debes elegir comenzar hoy a practicarlo y hacerlo... luego me cuentas cómo se siente el estar de manera permanente en paz y felicidad.

¡Es tiempo de despertar! ¡Es tiempo de simplemente elegir ser feliz!

Y entonces... ¿te atreves a ir por MÁS?... ¿Más qué?: Más felicidad, más amor, más paz, más tranquilidad, más alegrías, más risas, más disfrute, más gozo, más juegos, más abundancia de TODOOO... más espiritualidad, más cariños, más ternura... ¡más consciencia!

El Redactor PUBLICACIONES

VENTA DE COMERCIOS

Ley 2.904 - Silvia Jeannette MENDIZABAL PEREIRA prometió vender a ETNLFARMA S.A. la farmacia «**CAMPUS**» sita en Avenida Gorlero número 920 de Punta del Este, Maldonado. Acreedores presentarse en Coronel Brandsen 1956 oficina 703 de Montevideo.

20p-17/08 v. 14/09

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 21° Turno, **ALICIA LARRECHART** y **HWAN JUNG OH**, (IUE: 2-64980/2023)

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-

Cinthia Pestaña Vaucher

Actuario

10p-31/08 v. 13/09



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 ofrecemos 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.

LaMenteesMaravillosa

Publicado con autorización

El Redactor
SU PUBLICACION
manda el edicto por:
elredactor@vera.com.uy
PAGAS POR
TRANSFERENCIA