



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 15 N° 3475 - Montevideo, 21 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

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

Metiri SRL

Cesión de cuotas

15/8/2023.

Inscripción: No. 13277, 21/8/2023

Cedente: Fabian De Vita.

Cesionario: Pedro Marcelo Curbelo

Landoni: 5 cuotas y José Goicoechea Diaz:

5 cuotas.

1p-v. 21/09

SUPERDELICIA S.R.L.

CONTRATO: 21/06/2013

INSCRIPCION: N° 105531 08/06/2015

SOCIOS: Hilda Alda CACEREZ

AGUERRE 50 cuotas, Luis Alberto BERA

CALIGARIS 50 cuotas

CAPITAL: \$ 25.000

PLAZO: 30 AÑOS

DOMICILIO: MONTEVIDEO

ADMINISTRACION: Luis Alberto BERA

CALIGARIS

OBJETO: Panadería, confitería rotisería y anexos.

1p-v. 21/09

EMPLAZAMIENTOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado Civil de 17° Turno, dictada en autos: «**RBK**

URUGUAY ZONA FRANCA SA y otros c/

ADIDAS LATIN AMERICA S.A. y otros -

DAÑOS Y PERJUICIOS» IUE 2-34503/

2021, en cumplimiento de la providencia

2466/2023 se CITA, LLAMA y EMPLAZA

por el término de 90 días a ADIDAS

INTERNATIONAL TRADING B. V. a

estar a derecho en los presentes autos, bajo

apercibimiento de disponer designación de

defensor de oficio.

Montevideo, 19 de septiembre de 2023.-

Martín Luis Moller Cal

Actuario Adjunto

10p-21/09 v. 04/10

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 12° Turno,

MIGUEL IVÁN SCAVARELLI CASTRO

y **ANDREA SAYIRA FERNÁNDEZ**

NIETO,

(IUE: 2-73313/2023)

Montevideo, 12 de setiembre de 2023.-

Adriana Julieta Fisas Villanueva

Actuario

10p-21/09 v. 04/10

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 4° Turno,

SANDALIA SAULE TORIBIO y

JUAN CARLOS HERNANDEZ ROJAS,

(IUE: 2-69393/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

10p-21/09 v. 04/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,

WALTER SOTO GARRIDO y

MERCEDES MAGLIAS O MAGLIA

ARMAS,

(IUE: 2-78573/2023)

Montevideo, 8 de setiembre de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-21/09 v. 04/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,

ALMA BEATRIZ ROLLA CAMARA,

(IUE: 2-74658/2023)

Montevideo, 12 de setiembre de 2023.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-21/09 v. 04/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,

LUIS ALFREDO CURADO BUTTI,

(IUE: 2-64516/2023)

Montevideo, 15 de agosto de 2023.-

Verónica González García

Actuario Adjunto

10p-21/09 v. 04/10

SALÓN CALYFA

CONFECCION DE
TALONARIOS DE ACCIONES
DECLARACION DE ITP

2408 7623



El Redactor

"Todas las Publicaciones que Uds. necesite las puede hacer por mail, consulte presupuesto y podrá comparar precio y atención"

Guayabos 1718 - telefono

2407 8576

e-mail: elredactor@vera.com.uy



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 4° Turno,
ENRIQUE DA COSTA y JUANA DALIA POMBO LÓPEZ,
(IUE: 2-70939/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
MARIA DE LOS ANGELES PEREZ PEREIRA,
(IUE: 2-68717/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
RUBEN AMADO CORRIAS,
(IUE: 2-46622/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

José Roberto Conte García

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
MIRTA DE LOS ANGELES MINGRONI IGARZABAL o MIRTHA MINGRONI IGARZÁBAL,
(IUE: 2-68267/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-

Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
LUIS ANTONIO CANESSA BELLO y MARÍA MELBA VEGA CHAPORE o CHOPPORE o LAPPPORE,
(IUE: 2-64405/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
GLADYS ELOISA VASCONCELLOS CASTILLOS, (IUE: 2-34387/2022)

Montevideo, 9 de agosto de 2023.-

Cinthia Pestaña Vaucher

Actuario

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
MYRTHA BONILLA MONEGAL,
(IUE: 2-64982/2023)

Montevideo, 18 de agosto de 2023.-

Mariela Luisa Gonzalez Fresia

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
LUIS ESTEBAN BOVE SANTAYANA,
(IUE: 2-79312/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

Mariela Luisa Gonzalez Fresia

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
ERIKA HILDIGARD o HILDEGARD GINER BRANDMEIER ,
(IUE: 2-69515/2023)

Montevideo, 18 de setiembre de 2023.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
ANDREA DANIELA SAYA CALVO,
(IUE: 2-72058/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

Sandra Ivonne Dos Santos Correa

Actuario

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
JESÚS NESTOR HERNANDEZ BRITOS,
(IUE: 2-56481/2023)

Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
ALCIDES COITIÑO y OBDULIA VIERA VIERA ,
(IUE: 2-71738/2023)

Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
ROCIO GOYOAGA ORTIZ,
(IUE: 2-80238/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

Fabiana Leticia Lorenzo Peri

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
JOSE EDUARDO GIUSSI VILLAR,
(IUE: 2-80436/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
WALTER VICENTE ARABI IRIGOIN,
(IUE: 2-74090/2023)

Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
NELLY MABEL AMARILLO ESCOBAR,
(IUE: 2-63939/2023)

Montevideo, 22 de agosto de 2023.-

Bettina Inés Ceriani Bianchi

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
ANGEL GERARDO COPPOLA POSTIGLIONE,
(IUE: 2-14290/2023)

Montevideo, 21 de marzo de 2023.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
JUAN BOGOSIAN KISIRIAN,
(IUE: 2-76878/2023)

Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
CARLOS RUBEN ACOSTA RODRIGUEZ,
(IUE: 2-60463/2023)

Montevideo, 16 de agosto de 2023.-

Mariela Luisa Gonzalez Fresia

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
ADRIANA FESTARI BONILLA,
(IUE: 2-76682/2023)

Montevideo, 12 de setiembre de 2023.-

Mariela Luisa Gonzalez Fresia

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
OLGA RAQUEL GONZALEZ NUÑEZ y FREDY DANIEL NESE GONZALEZ,
(IUE: 2-61063/2023)

Montevideo, 14 de setiembre de 2023.-

Sandra Ivonne Dos Santos Correa

Actuario

10p-18/09 v. 29/09

**EDICTO**

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
CONSTANTE JUAN FERRARI SPORTUNO,
(IUE: 2-68938/2023)
Montevideo, 8 de setiembre de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
CAROLINA ARRILLAGA MARQUEZ,
(IUE: 2-43238/2023)
Montevideo, 21 de julio de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
CARLOS WASHINGTON JULIANI MARTINOYA y MARÍA DEL CARMEN ALVAREZ VALLEJO,
(IUE: 2-76404/2023)
Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
JUAN ZAICOVICH SOTO, MARÍA ESTHER NIEVA, MARÍA ESTER ZAICOVICH NIEVA, MARISEL ZAICOVICH NIEVA y JUAN JOSÉ BAS ZAICOVICH,
(IUE: 2-15850/2023)
Montevideo, 30 de agosto de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
ROSA ELIZABETH TRZCINKA FRITZ,
(IUE: 2-71931/2023)
Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
ALBA MARIA COSTAS PIREZ o ALBA MARÍA COSTAS PIREZ,
(IUE: 2-74127/2023)
Montevideo, 14 de setiembre de 2023.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
HEBER PEREIRA ABELENDIA,
(IUE: 2-67056/2023)
Montevideo, 16 de agosto de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
EDITH BEATRIZ ARISPE ARBULO,
(IUE: 2-62333/2023)
Montevideo, 12 de setiembre de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
RICARDO JOSE OLIVIERI GARBERO,
(IUE: 2-73557/2023)
Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
CARLOS MIGUEL OROÑOZ SIRIGHELLI,
(IUE: 2-67330/2023)
Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
BLANCA NERIREQUEJO RODRÍGUEZ,
(IUE: 2-78384/2023)
Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
CELSA ELIDA MEDINA URRUTIA,
(IUE: 2-75405/2023)
Montevideo, 5 de setiembre de 2023.-
Mariannina Alvarez Medina
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
ADALGIZA CASAL DE LEON,
(IUE: 2-75157/2023)
Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
MARIAANGÉLICA BETARTE BENITEZ,
(IUE: 2-75545/2023)
Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
JUAN DIEGUEZ GIL,
(IUE: 2-79280/2023)
Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
AVELIRIO GUILLERMO LEMA,
(IUE: 2-71271/2023)
Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-15/09 v. 28/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
RUBEN ENRIQUE SILVEIRA DELGADO,
(IUE: 2-72331/2023)
Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-15/09 v. 28/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
BALDOMERO MONTES PLACER y EDUARDO MONTES GONZALEZ,
(IUE: 2-70863/2023)
Montevideo, 24 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-15/09 v. 28/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
ANGÉLICA BLANCA PEREIRA PATRON,
(IUE: 2-71296/2023)
Montevideo, 24 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-15/09 v. 28/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
GABRIEL SATRAGNO MAROÑO,
(IUE: 2-77172/2023)
Montevideo, 8 de setiembre de 2023.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-15/09 v. 28/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
MARIA ELBA MARTINEZ,
(IUE: 2-40478/2023)
Montevideo, 14 de agosto de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
JUAN BOEDO FERNÁNDEZ,
(IUE: 2-52646/2023)
Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
SUSANA CARMEN ROBELLO GUIDO,



(IUE: 2-35241/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
JORGE CARLOS HORVATH GIUDICE,
(IUE: 2-77748/2023)

Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
Maria Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
DORYS MIRIAM ROCHA GOMEZ,
(IUE: 2-79110/2023)

Montevideo, 13 de setiembre de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
SHIRLEY MARY NAVARRO
o **SHIRLEY NAVARRO,**
(IUE: 2-59395/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
MIGUEL ANGEL URTIAGA ADO,
(IUE: 2-72697/2023)

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

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
JOSE LUIS DIAZ FIGOLI,
(IUE: 2-70124/2023)

Montevideo, 23 de agosto de 2023.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
RAMÓN ROBAINA PÉREZ,
(IUE: 2-74425/2023)

Montevideo, 31 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
KLEBER FERREIRA LEAL o KLEBER
FERREIRA RAMOS LEAL ,
(IUE: 2-81046/2023)

Montevideo, 8 de setiembre de 2023.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
TERESA MENDOZA ARDISSONI,
(IUE: 2-72704/2023)

Montevideo, 5 de setiembre de 2023.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
RAMÓN BERNARDO BRIOSSO
PEREZ,
(IUE: 2-70842/2023)

Montevideo, 24 de agosto de 2023.-
Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
DOMINGO ASUNCIÓN CALIONE
MAMBRADDELLI o MAMBRETELLA
y NELSON BISMARCK o BISMARCK
CALIONE SÁNCHEZ
(IUE: 2-74920/2023)

Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
SANTOS NICOLAS FREITAS,
(IUE: 2-23028/2023)

Montevideo, 26 de abril de 2023.-
Bettina Inés Ceriani Bianchi
Actuario Adjunto

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
MABEL ESTHER RIVAS ACEVEDO,
(IUE: 2-71663/2023)

Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
HIPÓLITO MAURO OTTONELLI
MARTINEZ y RAMONA ALARCON
GONZALEZ,
(IUE: 2-64244/2023)

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

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
IVONNE LILIAN TORTEROLO
BENTANCOR,
(IUE: 2-64702/2023)

Montevideo, 11 de setiembre de 2023.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
OLGA MARINA GODOY IBAÑEZ,
(IUE: 2-69932/2023)

Montevideo, 30 de agosto de 2023.-
Carolina Silvia Hauret Martínez
Actuario

10p-13/09 v. 26/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
LUIS ALFREDO BERNAL CUROTTO,
(IUE: 2-1480/2022)

Montevideo, 14 de febrero de 2022.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-12/09 v. 25/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
ROGER NAF o NAEF,
(IUE: 2-70954/2023)

Montevideo, 5 de setiembre de 2023.-
Mariannina Alvarez Medina
Actuario Adjunto

10p-12/09 v. 25/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
SARA SUSANA BARRAGAN RAMIREZ,
(IUE: 2-48750/2023)

Montevideo, 23 de junio de 2023.-
María Leticia Orrico Rocca
Actuario Adjunto

10p-12/09 v. 25/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
WALTER EDISON SANTORO
RODRIGUEZ,
(IUE: 2-61629/2023)

Montevideo, 1 de agosto de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-12/09 v. 25/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno,
ISABELINO SANTOS DELGADO
MARTINEZ, SERGIO ISABELINO
DELGADO OLIVERA y SARA
OLIVERA AÑAÑA,
(IUE: 2-64130/2023)

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

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
MARÍA LUISA MARTÍNEZ CHURI,
(IUE: 2-75801/2023)

Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
MARTA PINTOS GALANO,



(IUE: 2-56864/2023)

Montevideo, 1 de setiembre de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
MARÍA DE LOS ANGELES AYRALA FLORES,

(IUE: 2-62051/2023)

Montevideo, 11 de agosto de 2023.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
TERESITA DARRE GAMBOA,

(IUE: 2-77225/2023)

Montevideo, 7 de setiembre de 2023.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
WILSON MARIA DA MENDEZ,

(IUE: 2-63168/2023)

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

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
LUIS MARIA DE LEON GRANJA,

(IUE: 2-76394/2023)

Montevideo, 7 de setiembre de 2023.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
MARIA NOEMI DELMONTE BENTANCUR,

(IUE: 2-76313/2023)

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

10p-11/09 v. 22/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno,
MERCEDES JUANA PINOCCI GIL,

(IUE: 2-47019/2023)

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

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
LUIS MARIO DELGADO PALLAS,

(IUE: 2-73072/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
NERI ALBERTO MELONI LIMA y NORMA GLADYS GONZÁLEZ,

(IUE: 2-53799/2023)

Montevideo, 11 de agosto de 2023.-

Lourdes Jaqueline Cubero Olivera

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
HILDA RODRÍGUEZ BENTANCOR,

(IUE: 2-61846/2023)

Montevideo, 17 de agosto de 2023.-

Juan José Silva Carreras

Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
LIDUVINA BAEZ BRITEZ,

(IUE: 2-72442/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-

María Elisa Álvarez Peña

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno,
HELENA PÉREZ ROJAS,

(IUE: 2-39828/2023)

Montevideo, 21 de agosto de 2023.-

Ana Claudia Ongay Gaar

Actuario

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
RENEE GARCIA SABAS,

(IUE: 2-28659/2023)

Montevideo, 9 de mayo de 2023.-

Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
ALCIDES CAMEJO RAMALLO y DELLANIRA ESTELLI MARTÍNEZ MARTINO,

(IUE: 2-34799/2023)

Montevideo, 17 de julio de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
ZULMA ESTHER HERNÁNDEZ

CARDOZO,

(IUE: 2-65080/2023)

Montevideo, 11 de agosto de 2023.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
JOSE PEDRO LOPEZ GENTILIN,

(IUE: 2-76238/2023)

Montevideo, 5 de setiembre de 2023.-
Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno,
NELSA BECERRA IGLESIAS,

(IUE: 2-67893/2023)

Montevideo, 22 de agosto de 2023.-

Cinthia Pestaña Vaucher

Actuario

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
GABINO MÉNDEZ BLANCO FAGET,

(IUE: 2-42376/2023)

Montevideo, 5 de junio de 2023.-

Cinthia Pestaña Vaucher

Actuario

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
LUIS EDUARDO LIMA PONCE,

(IUE: 2-66295/2023)

Montevideo, 14 de agosto de 2023.-

María Leticia Orrico Rocca

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
MIRTA FLEITAS CUNHA,

(IUE: 2-70126/2023)

Montevideo, 18 de agosto de 2023.-

María Leticia Orrico Rocca

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
ALDO STANZIANI LAZZARO,

(IUE: 2-73142/2023)

Montevideo, 31 de agosto de 2023.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
JULIA LUCIA GIOIA OTTIERI,

(IUE: 2-66888/2023)

Montevideo, 15 de agosto de 2023.-

Verónica González García

Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

P A N D O

EDICTO

Juzgado Letrado de Toledo de 1° Turno,
ANGELA IRENE FURLANO

MORIALDO o MURIALDO,

(IUE: 2-42848/2023)

Toledo, 29 de agosto de 2023.-

Florencia María Bonino Reig



Actuario

10p-14/09 v. 27/09

CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 2° Turno, **MARÍA VENTURA SARAVIA PIÑEIRO y GUILLERMO MARIO SORRIBAS COCCOLI**, (IUE: 180-378/2021)

Ciudad de la Costa, 14 de diciembre de 2021.-
María Carolina Reyes Carcavallo
Actuario Adjunto

10p-18/09 v. 29/09

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 6° Turno, **MARTHA MARIA DEL ROSARIO GONZALEZ RAMAYON**, (IUE: 2-71134/2023)

Ciudad de la Costa, 24 de agosto de 2023.-
Diego Martín Pasarón Graña
Actuario Adjunto

10p-08/09 v. 21/09

EMPLAZAMIENTOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez de Paz Departamental Capital de 9° Turno, dictada en autos: «**MENDEZ CORTAZZO, MARÍA c/ GALPERINI KAISER, FELIPE y otro - ESCRITURACION FORZADA ESCRITURACION FORZADA**» IUE 2-27380/2014, según providencia N° 2262/2022 de fecha 10/08/2022, se decretó la escrituración judicial del terreno baldío padrón N° 726 (11915 m/a), solar 9, manzana 45, sito en la 6ta . Sección Judicial del departamento de San Jose (hoy 8va.), paraje Delta del Tigre, según plano del Agrimensor Dardo R. Barceló Santurio, Marcos R. Barbosa y Luis A. Pessano Caggiani, inscripto en la Dirección Nacional de Catastro el 29/11/1956 con el N° 1115, CITÁNDOSE Y EMPLAZÁNDOSE a los demandados **FELIPE GALPERINI KAISER** y a **BERTA GUREVICH y/o SUS SUCESORES**, así como aquellos que se consideren con derechos en el inmueble de autos, a que comparezcan a estar de derecho, en el plazo de 90 días, bajo apercibimiento de designarles defensor de oficio, con quién se continuarán las actuaciones.
Montevideo, 10 de marzo de 2023.-
Luciana Rufener Godeza
Colab. Actuario Adjunto

10p-11/09 v. 22/09

PANDO

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Atlántida de 2° Turno, dictada en autos: «**CAJA DE JUBILACIONES Y PENSIONES BANCARIAS C/**

FERNANDEZ CHAVEZ EDDY EJECUCION DE SENTENCIA. CIVIL» IUE 526-443/2018, por resolución N° 5647/2019 de fecha 22/10/2019, se cita, llama y emplaza a edy fernandez chavez por el término de 90 días a efectos de comparecer a estar a derecho en el presente proceso, bajo apercibimiento de designársele Defensor de Oficio, con quien se seguirán las actuaciones. Atlántida, 13 de marzo de 2020.-
Mariannina Alvarez Medina
Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

RECTIFICACION DE PARTIDAS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 25° Turno, dictada en autos caratulados: «**MARTINEZ DAMIAN, MARIA - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-78017/2023, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Matrimonio de: **PEDRO DAMIAN ZUNINO (o SUNINO) y CARMEN CECILIA CABRERA**, inscripta el día 30/07/1887, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 1° Seccio del Departamento de Canelones, Acta N° 27, en el sentido que: donde dice que la fecha de nacimiento de **PEDRO DAMIAN ZUNINO** dice «6 de octubre de 1864» **debe decir «6 de octubre de 1863» por así corresponder.**

Montevideo, 12 de septiembre de 2023.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-13/09 v. 26/09

SALÓN CALYFA
CONFECCION DE
TALONARIOS DE
ACCIONES
DECLARACION DE ITP
2408 7623

NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 1° Turno, dictada en autos caratulados: «**SOJO, JOSELIN - RATIFICACIÓN DE TENENCIA**», IUE 2-61652/2023, se cita, llama y emplaza a **JESUS GUILLERMO RANGEL**, 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, 11 de septiembre de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm.III Colab. Actuario Adjunto

10p-12/09 v. 25/09

PRESCRIPCIONES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado Civil de 16° Turno, dictada en autos:

«**MAESO, MARIA c/XABRAMAR S.A. y otro - PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA BIEN INMUEBLE**» IUE 2-60156/2022, por providencia número 735/2023 del 16/03/2023 se CITA, LLAMA y EMPLAZA al último titular, y/o a sus herederos, a toda la copropiedad y o cualquier interesado sobre el Padrón cuya prescripción en relación a la servidumbre de luces y vistas se solicita N° 157.489/901 con frente a la calle Vázquez Ledesma, según plano de mensura del agrimensor Acevedo Richero, inscripto en la Dirección General de Catastro Nacional en Montevideo el 28 de diciembre de 1981 con el N° 96.083 y Plano de Modificación del Ing Agr. Fernandez de agosto 2013, consta de una superficie de 122 metros 84 decímetros y tiene el siguiente deslinde: 10 metros al Suroeste de frente a la calle José Vázquez Ledesma, numero de puerta 3083 entre las calles Juan Benito Blanco y Francisco Vidal, distando su punto medio 31 metros 35 centímetros de la esquina formada con la calle Francisco Vidal; Asimismo, se emplaza a los propietarios de los padrones linderos: **XABRAMAR S.A.** como último titular del Padrón N° 157.490 sito en la calle Vázquez Ledesma 3089, Señores Pelufo Acosta y Lara Diego, Pelufo Acosta y Lara Carmen, Elvira Josefina Pelufo Burghi y Maria Inés Pelufo o Peluro Burghi; titulares del padrón N° 157.488 sito en la calle Vázquez Ledesma 3079 así como los copropietarios del Edificio Sito en el referido padrón, por el término de 90 días a estar a derecho, bajo apercibimiento de designarles Defensor de Oficio, con quien se continuarán estos procedimientos (Arts. 89 y 127 del C.G.P.). EN FE DE ELLO Y DE MANDATO JUDICIAL, expido el presente que sello y firmo en Montevideo, el dieciocho de agosto de dos mil veintitrés.
Montevideo, 18 de agosto de 2023.-
Andrea Vanina Vila Lechini
Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

El Redactor

VARIOS

BIEN DE FAMILIA

Constitución: Montevideo, 12/05/2023.
Inscripción: N° 17244, 15/05/2023
Padrón N° 428585, Montevideo.
Constituyente: Manuel Blanco Pizzorno
Beneficiarios: Valeria Jacqueline Blanco Sosa, María del Carmen Blanco Rodríguez, Ana Isabel Blanco Rodríguez y Leonardo Manuel Blanco Coitiño.
Tasación: UR 3.338,34.
Escribana: Susana Fernández Vila.

10p-18/09 v. 29/09



UNION CONCUBINARIA

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 2° Turno, dictada en autos: «GAVILAN BURGUEÑO, MARCELA c/ RÍOS CHAVES, ALFREDO – UNIÓN CONCUBINARIA» IUE 2-70463/2023, se dispuso emplazar por edictos a MABEL SUSANA MUNIZ UBAL y a ELIANA RÍOS MUNIZ, a estar a derecho en el presente proceso en el término de 60 días, bajo apercibimiento de designarles defensor de oficio.

Montevideo, 24 de agosto de 2023.-

María Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 2° Turno, dictada en autos: «GAVILAN BURGUEÑO, MARCELA c/ RÍOS CHAVES, ALFREDO – UNIÓN CONCUBINARIA» IUE 2-70463/2023, se dispuso emplazar por edictos a Alfredo Román RÍOS CHAVES, a estar a derecho en el presente proceso en el término de 60 días, bajo apercibimiento de designarles defensor de oficio.

Montevideo, 15 de agosto de 2023.-

María Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

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 12° Turno, **FEDERICO ROMERO SATUT y VIRGINIA MARTINEZ RAMOS,** (IUE: 2-70460/2023)

Montevideo, 12 de setiembre de 2023.-

Adriana Julieta Fisas Villanueva

Actuario

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, **JORGE OSCAR VIGNOLI SERTAJE e IRIS CAROLINA ROMERO ARGANARAZ,** (IUE: 2-46620/2023)

Montevideo, 15 de setiembre de 2023.-

María Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, **MAURICIO FERRATTI SICA y JOSEFINA MENDARO BRUNO,**

(IUE: 2-65422/2023)

Montevideo, 6 de setiembre de 2023.-

Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres

Actuario Adjunto

10p-14/09 v. 27/09

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 18° Turno en autos: «WEINBERGER PAZOS GERARDO INCAPACIDAD», IUE 59-43/1990, se hace saber que por Resolución N° 3280 de fecha 17/07/2023, dictada por éste Juzgado, se removió del cargo de curador/a del ya declarado incapaz GERARDO WEINBERGER, al/a Sr/a. ALBA PAZOS LOCKHART, designándose a tales efectos al/a Sr/a. CAMILO WEINBERGER OTERMIN, quien aceptó el cargo con fecha 21/08/2023 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones.

Montevideo, 06 de setiembre de 2023.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-20/09 v. 03/10

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 24° Turno en autos: «SEHABIAGUE, GRACIELA - INCAPACIDAD», IUE 2-78641/2023, se hace saber que por Resolución N° 5094/2023 de fecha 01/09/2023, dictada por éste Juzgado, se ha designado curador/a interino/a al/a Sr/a. MARIO CANCELA REGUEIRA del denunciado GRACIELA SEHABIAGUE, quien aceptó el cargo con fecha 11/09/2023 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones.

Montevideo, 14 de setiembre de 2023.-

Valentina Soledad Barrera Avila

Actuario Adjunto

10p-19/09 v. 02/10

¿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 conciencia!



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