



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 16 N° 3595 - Montevideo, 19 de Marzo de 2024.- 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

HERA NUCLEAR SRL CESION y MODIFICACION

CESION: 19/9/2023

INSCRIPCION: N° 15319, 26/9/2023

CEDENTES:

1) BRENDA ROSA VILA AMBROSONI,
2) YVI ASTRID AGUILAR MEDINA,
3) PEDRO FRANCISCO AZPIROZ ANADON,

4) ALEJANDRA FAJARDO ROSSI

5) SERGIO GABRIEL RODRIGUEZ CORREA

ceden (33) cuotas sociales

B) NICOLÁS ALEJANDRO THEODOSOPOULOS SICALOS y MARÍA ALICIA PALERMO SCANDROGLIO, ceden (33) cuotas sociales

C) CESAR GABRIEL PARDIÑAS RODRIGUEZ (33) cuotas sociales

D) MARIA CECILIA OLIVEIRA POMI cede (33) cuotas sociales

E) ALVARO GONZALEZ RAMA, cede (33) cuotas sociales

F) JUAN CARLOS HERMIDA LAMANNA, cede (33) cuotas sociales

CESIONARIOS:

Carlos Washington HEUGUEROT OLVEIRA adquieren 99 cuotas sociales

Sergio Fernando VIÑAS PIGNATARO adquieren 99 cuotas sociales

MODIFICACION:

Declaratoria: Por asamblea del 18/8/2021, se designó administrador a Carlos Washington HEUGUEROT OLVEIRA

1p-v. 19/03

DISOLUCIÓN de SOCIEDADES COMERCIALES

DARINA SRL - DISOLUCION Y LIQUIDACION RUT 211268050013

Socios/ cuotas: María Noelia y Ramón Américo DALLA RIZZA (25 cuotas c/u), Daniel Horacio RAMÍREZ CAFFERA, (50 cuotas)

Objeto: Hotelería

Domicilio: Montevideo

Constitución: 2/7/1982, inscripta el

23/7/1982 N° 689 F 2385 L 3.

DISOLUCION Y LIQUIDACION: Por acta del 15/3/2024.

1p-v. 19/03

CONVOCATORIAS

ASOCIACIÓN CIVIL DALMANUTA

La A.C.D. convoca a sus asociados a la Asamblea General Ordinaria a realizarse el día 23 de marzo de 2024, a las 15 hrs. en su Local sito en la calle Plaza Independencia 1376 piso 2.

ORDEN DEL DIA:

1) Presentación de lo actuado por la Comisión Directiva correspondiente al ejercicio cerrado al 31/12/2023.

2) Consideración de los Estados Financieros de la Asociación Civil Dalmanutá correspondiente al ejercicio cerrado al 31/12/2023.

1p-v. 19/03

DISOLUCIONES Y LIQUIDACIONES DE SOCIEDADES CONYUGALES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)

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

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, **EMILIO BONIFACIO URTARÁN GARCÍA y DALEL VIVIAN ISE CASTRO**, (IUE: 2-127312/2023)

Montevideo, 26 de febrero de 2024.-

Sandra Ivonne Dos Santos Correa

Actuario

10p-19/03 v. 08/04

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 13° Turno en autos: «VIDELA CAETANO, BLANCA - INCAPACIDAD», IUE 2-33197/2022, se hace saber que por Resolución N° 5537/2023 de fecha 12/10/2023, dictada por éste Juzgado, se ha

designado curador/a definitivo/a del ya declarado incapaz Blanca Videla Caetano, al a Sr/a. Andrea Jeanina Juani Brancatti, quien aceptó el cargo con fecha 12/10/2023 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones.

Montevideo, 07 de marzo de 2024.-

Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres

Actuario Adjunto

10p-19/03 v. 08/04

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, **ROSINA VOMERO TISA**, (IUE: 2-21750/2022)

Montevideo, 16 de noviembre de 2023.-

María Victoria Giovanelli Ferreira

Actuario Adjunto

10p-19/03 v. 08/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, **MARTINIANO MESA SILVA**, (IUE: 2-7933/2024)

Montevideo, 12 de marzo de 2024.-

Sandra Ivonne Dos Santos Correa

Actuario

10p-19/03 v. 08/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, **HERBERT ADOLFO WARE BALZARINI**, (IUE: 2-122486/2023)

Montevideo, 8 de febrero de 2024.-

Sandra Ivonne Dos Santos Correa

Actuario

10p-19/03 v. 08/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, **MARIA DEL CARMEN RODRIGUEZ DARRIULAT**, (IUE: 2-37552/2023)

Montevideo, 24 de mayo de 2023.-



Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-19/03 v. 08/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
HEBERT BONILLA o HEBERT BONILLA PEREIRA,
(IUE: 2-128206/2023)
Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-19/03 v. 08/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
JUAN CARLOS ALFONSO DE LEÓN,
(IUE: 2-129403/2023)
Montevideo, 19 de febrero de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-19/03 v. 08/04

PANDO

EDICTO

Juzgado Letrado de Atlántida de 2° Turno,
DANTE SUAREZ SECO e INES MARIA o INES M. o MARIA INES GALLULO MANGO,
(IUE: 2-61566/2023)
Atlántida, 15 de marzo de 2024.-
Andrea Prattes Diez
Actuario

10p-19/03 v. 08/04

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,
ANDRES MARTINEZ FERNANDEZ,
(IUE: 2-11462/2024)
Montevideo, 12 de marzo de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
MARIA ESPERANZA MACIEL CABRERA,
(IUE: 2-107213/2023)
Montevideo, 7 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,

MARÍA ISABEL LABATTE,
(IUE: 2-80466/2023)

Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
JOSÉ MIGUEZ HERRERA y BLANCA NIEVES RECALDE DÍAZ,
(IUE: 2-124728/2023)

Montevideo, 26 de febrero de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
DORA ETELVINA DA ROSA,
(IUE: 2-127883/2023)

Montevideo, 23 de febrero de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
OSCAR MANUEL ARISTIMUÑO BEROIS,
(IUE: 2-12718/2024)

Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
ORTELIO RUBEN GORGOROSO,
(IUE: 2-9121/2024)

Montevideo, 12 de marzo de 2024.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
LAURA OTERO PEREZ,
(IUE: 2-1770/2024)

Montevideo, 14 de marzo de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
HAYDEE VIOLETA MALATES ROMERO,
(IUE: 2-79804/2023)

Montevideo, 22 de diciembre de 2023.-
Lourdes Jaqueline Cubero Olivera
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
JOSÉ RICARDO MUGURUZA GAUTRON o JOSÉ RICARDO ESTEBAN MUGURUZA GAUTRON,
(IUE: 2-4137/2024)

Montevideo, 6 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
RODOLFO CARISSIMI LAGUARDA,
(IUE: 2-12118/2024)

Montevideo, 6 de marzo de 2024.-
Bettina Inés Ceriani Bianchi
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
OSCAR VIVAS BORBONET,
(IUE: 2-9697/2024)

Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
SUSANA LYLIAM PINTORE DEPAULI,
(IUE: 2-125377/2023)

Montevideo, 23 de febrero de 2024.-
Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno,
HECTOR ARISTIDES CANTON MORA,
(IUE: 2-111504/2023)

Montevideo, 7 de marzo de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
MARIA ALEJANDRA BIDEGARAY CONSTANTINO y JUANA MARIA CONSTANTINO SANTOS,
(IUE: 2-125520/2023)

Montevideo, 12 de marzo de 2024.-
Sandra Ivonne Dos Santos Correa
Actuario

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
ALBA LILA QUIÑONES CABRERA,
(IUE: 2-106254/2023)

Montevideo, 8 de diciembre de 2023.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
MIGUEL ANGEL GONZALEZ,
(IUE: 2-95217/2023)

Montevideo, 25 de octubre de 2023.-
Juan José Silva Carreras
Adm. III Colab. Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

**EDICTO**

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
MARÍA TERESA FERNÁNDEZ BALCON y NÉSTOR HAROLD MARUM CAORSI,
(IUE: 2-11795/2024)
Montevideo, 12 de marzo de 2024.-
Maria Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
WILBERTO FARUELO PERDOMO,
(IUE: 2-7811/2024)
Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
TERESITA NELLY HERNANDEZ HERNANDEZ,
(IUE: 2-121531/2023)
Montevideo, 27 de febrero de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
ADAELIA DE LOS SANTOS PREGO,
(IUE: 2-122029/2023)
Montevideo, 12 de marzo de 2024.-
María Noel Cayafa Tapié
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno,
ROSA CARIDE KNÜSSEL,
(IUE: 2-10138/2024)
Montevideo, 5 de marzo de 2024.-
Fabiana Leticia Lorenzo Peri
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
MARIA MATILDE CHAPARRO CAMACHO,
(IUE: 2-10738/2024)
Montevideo, 8 de marzo de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
IGLANTINA MAXIMA FERNANDEZ CORREA o MAXIMA INGLATINA FERNANDEZ y DE EMIL GARY ROTULO FERNANDEZ,
(IUE: 2-8802/2024)
Montevideo, 6 de marzo de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
FRANCISCO LUIS SIMALDONI COSCIA,
(IUE: 2-9482/2024)
Montevideo, 1 de marzo de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
RAFAEL MERCADAL ROMERO,
(IUE: 2-45243/2023)
Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
MARIA CONSUELO RODRIGUEZ IGLESIAS,
(IUE: 2-127770/2023)
Montevideo, 8 de febrero de 2024.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
JOSEFA CAL PADIN,
(IUE: 2-23336/2023)
Montevideo, 2 de mayo de 2023.-
Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
ELIDA ISABEL BARLOCCO SANGUINETTI,
(IUE: 2-93585/2023)
Montevideo, 7 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno,
ALEX BERGENGRUEN HELLER,
(IUE: 2-8496/2024)
Montevideo, 6 de marzo de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
MIGUEL ANGEL CASTRO SARALEGUI,
(IUE: 2-106162/2023)
Montevideo, 7 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
NELLY NOEMÍ BONILLA AMORÍN,
(IUE: 2-121540/2023)
Montevideo, 11 de marzo de 2024.-

Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
ROBERTO o ROBERTO HEBER MOLINI BOGGIA, (IUE: 2-84683/2023)
Montevideo, 5 de octubre de 2023.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
AURORA GAMBOA OIZ,
(IUE: 2-6014/2024)
Montevideo, 22 de febrero de 2024.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
JUAN CARLOS MATTHEY MARTI y MARIA DELIA GONZALEZ ROCHA,
(IUE: 2-6471/2024)
Montevideo, 11 de marzo de 2024.-
Mariela Luisa Gonzalez Fresia
Actuario Adjunto

10p-13/03 v. 02/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
ROBERTO ALFREDO TACCARI,
(IUE: 2-9535/2024)
Montevideo, 8 de marzo de 2024.-
José Roberto Conte García
Actuario Adjunto

10p-12/03 v. 01/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
DANIEL EDUARDO VOLZ FARIAS,
(IUE: 2-84500/2023)
Montevideo, 11 de octubre de 2023.-
María Elisa Álvarez Peña
Actuario Adjunto

10p-12/03 v. 01/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
EVA MATILDE MAYER,
(IUE: 2-5550/2024)
Montevideo, 29 de febrero de 2024.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-12/03 v. 01/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
IRMA JULIA BERECHÉ SOTO,
(IUE: 2-7259/2024)
Montevideo, 4 de marzo de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-12/03 v. 01/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
GERARDO ARTURO DASILVASUAREZ,



| | | | | |
|---|--|--------------------|--|--|
| <p>(IUE: 2-9384/2024) Montevideo, 4 de marzo de 2024.- Maria Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, CARMEN PEREZ SANCHEZ, (IUE: 2-6788/2024) Montevideo, 8 de marzo de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>BARRENECHE, (IUE: 2-115642/2023) Montevideo, 26 de febrero de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, VICENTE MIGUEL NEGRO GARCIA, (IUE: 2-126235/2023) Montevideo, 6 de febrero de 2024.- José Roberto Conte García Actuario Adjunto</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, ELDA CRISTINA MURO, (IUE: 2-110062/2023) Montevideo, 8 de marzo de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, ALBA GIACOMETTI GALLIZIA o GALIGIA, (IUE: 2-46391/2023) Montevideo, 20 de febrero de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, SALVADOR HÉCTOR ZINGHINI RICCIARDI, (IUE: 2-7683/2024) Montevideo, 6 de marzo de 2024.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, NESTOR ENRIQUE TONARELLI RODRIGUEZ, (IUE: 2-4906/2024) Montevideo, 1 de marzo de 2024.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, ANA MARIA HUGHES REAL DE AZUA, (IUE: 2-21/2024) Montevideo, 6 de marzo de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, MARIELA ORFILIA MARTÍNEZ VALLARINO, (IUE: 2-80605/2023) Montevideo, 20 de setiembre de 2023.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, WILSON CONSTANTE PANKOWSKI LERENA, (IUE: 2-113224/2023) Montevideo, 6 de marzo de 2024.- Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres Actuario Adjunto</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, ROBERTO BARRERA TOME y MARIA DEL CARMEN ELICHIRIGOITY, (IUE: 2-9567/2024) Montevideo, 29 de febrero de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, SONIA BEATRIZ VELAZQUEZ MARZOA, MARIA MAURICIA MARZOA REIMUNDEZ y MARIO VELAZQUEZ WETHERALL, (IUE: 2-9665/2024) Montevideo, 5 de Marzo de 2024.- Fabiana Leticia Lorenzo Peri Actuario Adjunto</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, JULIO LEON SARAVIA SANGUINETTI o JULIO SARAVIA SANGUINETTI, (IUE: 2-119804/2023) Montevideo, 7 de marzo de 2024.- Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres Actuario Adjunto</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, MARIA MYRTADODERA BANCHERO, (IUE: 2-127324/2023) Montevideo, 19 de febrero de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, SELVA ANTONINA MORENO DE LOS SANTOS, (IUE: 2-126260/2023) Montevideo, 8 de febrero de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, MAYO ANTONIO AMUEDO y ESTHER KLUSS GROSS, (IUE: 2-107623/2023) Montevideo, 30 de noviembre de 2023.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, ILBA LUZ SCARCHELI VAGHETTI, (IUE: 2-8774/2024) Montevideo, 1 de marzo de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, GLADYS RAQUEL REAL FRANQUE, (IUE: 2-8799/2024) Montevideo, 4 de marzo de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, JUANITA GODOY BRESSO, (IUE: 2-3270/2024) Montevideo, 6 de marzo de 2024.- Florencia Sol Cóccaro Espino Actuario Adjunto</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, MARIA CLARA TEA CABRERA, (IUE: 2-9631/2024) Montevideo, 6 de marzo de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> |
| <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, ALBA BEATRIZ LIMA IURISSEVICH, (IUE: 2-6820/2024) Montevideo, 5 de marzo de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario</p> | | 10p-11/03 v. 22/03 | <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, MARÍA CRISTINA ABELLA</p> | <p>10p-08/03 v. 21/03</p> <p>EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, LUCIA POSENTE MARTINEZ, (IUE: 2-113336/2023) Montevideo, 19 de diciembre de 2023.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto</p> |



| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|--|--|--|---|---|---|---|
| <p>10p-08/03 v. 21/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, HEDAYATOLLAH BAHER NOURUS y LEGHAEIEH REZAZADEH REZAZADEH, (IUE: 2-124226/2023) Montevideo, 26 de febrero de 2024.- Sandra Ivonne Dos Santos Correa Actuario</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno, RUBENS ILTIZ ARZOLA o RUBENS ILTIS ARZOLA o RUBEN CESAR ILTIS o RUBENS CESAR ILTIS, (IUE: 2-69150/2023) Montevideo, 12 de diciembre de 2023.- Ximena Lourdes Gonzalez Bayarres Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, MIRTA ESTHER o ESTER ESCARON SANTANA, (IUE: 2-117558/2023) Montevideo, 20 de febrero de 2024.- Maria Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, OSCAR JUAN CAFFERATTA BOSCH, (IUE: 2-94472/2023) Montevideo, 19 de octubre de 2023.- Adriana María Horjales Castro Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, NORMA DELMIRA HERNANDEZ MARRERO, (IUE: 2-69383/2023) Montevideo, 24 de agosto de 2023.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, TERESITA AIDA BENTANCOR CLAVIJO, (IUE: 2-7758/2024) Montevideo, 27 de febrero de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, GRISEL VESIDI PRIETO, (IUE: 2-4486/2024) Montevideo, 23 de febrero de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, NELSON PEDRO LANS PINTALUBA, (IUE: 2-127126/2023) Montevideo, 5 de marzo de 2024.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto</p> | <p>10p-07/03 v. 20/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 1° Turno, ADOLFO LUIS TRAVERSO ALDAO, (IUE: 2-72660/2022) Montevideo, 26 de octubre de 2023.- Juan José Silva Carreras Adm. III Colab. Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, HECTOR PABLO MENDEZ ANTUNEZ, (IUE: 2-101779/2023) Montevideo, 27 de noviembre de 2023.- Sandra Ivonne Dos Santos Correa Actuario</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 9° Turno, JUAN CARLOS DE LUCCA CHIESSA, (IUE: 2-5488/2024) Montevideo, 20 de febrero de 2024.- Maria Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, MARÍA ADRIANA PEREIRA CABRERA, (IUE: 2-100368/2023) Montevideo, 4 de diciembre de 2023.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno, GLORIALUJAN VALLARI RAPISARDA, (IUE: 2-76019/2023) Montevideo, 20 de setiembre de 2023.- Lourdes Jaqueline Cubero Olivera Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, GERARDO GASTÓN PEDUZZI DUHAU, (IUE: 2-119974/2023) Montevideo, 8 de febrero de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila</p> | <p>Actuario Adjunto 10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, ALLAN HEBERT CORSINO MASDEU, (IUE: 2-128383/2023) Montevideo, 4 de marzo de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, MARIA FELICITA GARCIA LADO, (IUE: 2-124112/2023) Montevideo, 14 de febrero de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, JUAN MANUEL MELO y EMILIO JESUS MELO MEDINA, (IUE: 2-5665/2024) Montevideo, 27 de febrero de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, GLADYS DI LORENZO CARPIO y WALTER JOSE LATIERRO DI LORENZO, (IUE: 2-7781/2024) Montevideo, 28 de febrero de 2024.- Mariela Luisa Gonzalez Fresia Actuario Adjunto</p> | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, ANTONIO ROLDAN ROLDAN, (IUE: 2-8765/2024) Montevideo, 5 de marzo de 2024.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto</p> |
| <hr/> P A N D O <hr/> | | | | | | | | | | <p>10p-06/03 v. 19/03 EDICTO Juzgado Letrado de Pando de 3° Turno, MIGUEL ANGEL BRACESCO BENAVIDEZ, (IUE: 2-127796/2023) Pando, 16 de febrero de 2024.- Viviana Karen Rodriguez Ruíz Actuario Adjunto</p> | <p>10p-18/03 v. 05/04 EDICTO Juzgado Letrado de Toledo de 1° Turno, HECTOR HUMBERTO BORGES MORALES, (IUE: 2-122058/2023) Toledo, 8 de marzo de 2024.- Florencia María Bonino Reig Actuario</p> | <p>10p-14/03 v. 03/04</p> | | | | | | |



CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 2° Turno, **PILAR INÉS TORRADEFLO ROSAS, CARLOS JACOBO CHIJANI TORRADEFLO y CARLOS YSMAEL o ISMAEL CHIJANI CABRERA,** (IUE: 2-105731/2023)

Ciudad de la Costa, 15 de diciembre de 2023.-
María Carolina Reyes Carcavallo
Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

LAS PIEDRAS

EDICTO

Juzgado Letrado de Las Piedras de 5° Turno, **MIRTA LILA TIZZE RUSSOMANO y FLORO PANTALEÓN GARCÍA ISLA ó ISLAS,** (IUE: 2-101810/2023)

Las Piedras, 9 de febrero de 2024.-

María Emilia Mareco Reggio

Administrativo IV

10p-07/03 v. 20/03

PROCESOS SUCESORIOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 8° Turno, dictada en autos: «**LEITES ESCOBAL, MIRIAM - SUCESIÓN**» IUE 2-100370/2023, se dispuso la apertura de la sucesión del causante/s **MIRIAM ANTONIA LEITES ESCOBAL**, emplazándose por edictos a herederos, acreedores y demás interesados para que comparezcan por el término de 20 días, a deducir en forma sus derechos.

Montevideo, 07 de febrero de 2024.-

Juan José Silva Carreras

Adm. III Colab. Actuario Adjunto

10p-06/03 v. 19/03

CONVOCATORIAS

Galuwer S.A.

Asamblea General Extraordinaria

Fecha: 01/04/2024 primera convocatoria

16 hs y segunda 17 hs

Lugar: Juncal 1355/1201, Montevideo

Orden del día:

1. Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea

2. Autorizar al Señor Javier Ledros a otorgar en representación de la Sociedad Hipoteca sobre el padrón número 905 ubicado en la sexta Sección Judicial del Departamento de Canelones, zona rural, propiedad de la sociedad, en garantía de un préstamo de dinero a solicitar por el propio Señor Javier Ledros Presidente del Directorio, por la suma de dólares estadounidenses cien mil (US\$ 100.000)

3. Designación de accionista para firmar el Acta de Asamblea.

3p-18/03 v. 20/03

VENTA DE COMERCIOS

LEY 2904

JORGE ILDEFONSO KLUVER LEIVA prometió vender a **JELISA S.A.S.** el establecimiento comercial que gira con el mismo nombre en la calle **HECTOR SUPPICI SEDE 1040 MONTEVIDEO RUBRO METALURGICA. ACREEDORES** a la misma dirección.

20p-01/03 v. 04/04

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 15° Turno, **ANDRÉS SEBASTIÁN GALIANA VAIRO y MARÍA MAGDALENA CAMPIONE RICCI,** (IUE: 2-115689/2023)

Montevideo, 29 de febrero de 2024.-

Ana Mariela Bruno Pollero

Actuario

10p-14/03 v. 03/04

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, **GERMAN FEANS MONTANDON y ANA LAURA BARRIOS MANZONI,** (IUE: 2-9507/2024)

Montevideo, 7 de marzo de 2024.-

Adriana María Horjales Castro

Actuario Adjunto

10p-08/03 v. 21/03

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, **SILVANA ANDREA MARTINEZ y ROBERTO JAVIER FIGUEROA,** (IUE: 2-3523/2024)

Montevideo, 16 de febrero de 2024.-

Cinthia Pestaña Vaucher

Actuario

10p-06/03 v. 19/03

MALDONADO

EDICTO

Juzgado Letrado de Maldonado de 1° Turno, **ALVEZ CARBALLA, NICOLAS y PARODI GUARESCHI, ROMINA,** (IUE: 2-127032/2023)

Maldonado, 15 de febrero de 2024.-

Micaela Magdalena De Marco Rivas

Actuario Adjunto

10p-12/03 v. 01/04

RECTIFICACION DE PARTIDAS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 17° Turno, dictada en autos caratulados: «**SALTA RODRIGUEZ, MARIA - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-12604/2024, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Nacimiento de: **IRENE MACHICOTE**, inscrita el día 16/03/1925, ante el Oficial de Departamento de Montevideo, Acta N° 222, en el sentido que: Donde dice que es nieta por línea paterna de «...Josefa Ustariz...» **debe de decir « Francisca Antonia Ustariz...» por así corresponder. por así corresponder.**

Montevideo, 13 de marzo de 2024.-

Fabiana Leticia Lorenzo Peri

Actuario Adjunto

10p-18/03 v. 05/04

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 1° Turno, dictada en autos caratulados: «**GRECO CAFFERATTA, ALBERTO - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-9562/2024, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Nacimiento de: **ALBERTO RAMOS GRECO CAFFERATTA**, inscrita el día 17/12/1956, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 8 del Departamento de Montevideo, Acta N° 2378, en el sentido que: **DONDE DICE «GRECO» DEBE DECIR «GRECCO»** por así corresponder.

Montevideo, 07 de marzo de 2024.-

Natalia Gavilanes Calero

Actuario Adjunto

10p-11/03 v. 22/03

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 17° Turno, dictada en autos caratulados: «**LORENZO MOLINI, MÓNICA - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-10034/2024, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Matrimonio de: **JUAN BAUTISTA MOLINI GIACOSA Y VIRGINIA BOGGIA EULOGIA**, inscrita el día 10/06/1916, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 10 del Departamento de Montevideo, Acta N° 37, en el sentido que: Donde dice que la fecha de nacimiento de Juan Bautista es «...28 de agosto de 1888...» **debe de decir fecha de nacimiento de « Juan Bautista Molini Giacosa es el 21 de agosto de 1888...»** por así corresponder.

Montevideo, 05 de marzo de 2024.-

Fabiana Leticia Lorenzo Peri

Actuario Adjunto

10p-07/03 v. 20/03

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 2° Turno, dictada en autos caratulados: «**GUARNIERI GARCIA, FRANCIS y otro - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-114096/2023, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Defunción de: **Olga DEGREGORIO,**



inscrita el día 14/06/2023, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 14 del Departamento de Canelones, Acta N° A-310, en el sentido que: donde dice «Degregorio» debe decir «García» por así corresponder. Montevideo, 26 de febrero de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-06/03 v. 19/03

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 2° Turno, dictada en autos caratulados: «**GUARNIERI GARCIA, FRANCIS y otro - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA**», IUE 2-114096/2023, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Matrimonio de: Oscar GUARNIERI y Olga DEGREGORIO, inscrita el día 06/11/1954, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 21 del Departamento de Montevideo, Acta N° 377, en el sentido que: donde dice «Degregorio» debe decir «García» por así corresponder.

Montevideo, 26 de febrero de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-06/03 v. 19/03

VARIOS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez de Paz Departamental Capital de 38° Turno, dictada en autos: «**FONDO SOCIAL DE VIVIENDA DE EMPLEADOS Y OBREROS DE CUTCSA c/ VEGA FERNANDEZ, GLADYS SUCEORES - INTIMACIÓN DE PAGO**» IUE 2-80253/2023, en cumplimiento de Decreto N° 2935/2023 del 7/9/2023, se intima a los sucesores y/o herederos a cualquier título de Gladys Vega Fernández al pago de la suma de \$ 200.059 e ilíquidos en el plazo de 10 días bajo apercibimiento de inicio de juicio de rescisión de contrato de uso y goce. Montevideo, 19 de febrero de 2024.-
Valeria Moreira Arroqui

Actuario Adjunto

10p-08/03 v. 21/03

SOCIEDADES ANÓNIMAS Y BALANCES

EDRANS UY S.A.

Reducción de Capital Integrado

Por Asamblea Extraordinaria de Accionistas celebrada en Montevideo el 30 de junio de 2023, se resolvió reducir el capital integrado a \$ 82.841.122,19.

Se convoca a los Señores Acreedores a deducir oposición en el plazo de 30 días a partir de la última publicación.

La documentación estará a disposición en Av. Luis Alberto de Herrera 1052, Oficina 1402, Montevideo, en el horario de 10 a 16 hs. El Directorio.

10p-06/03 v. 19/03

UNION CONCUBINARIA

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 6° Turno, dictada en autos: «**CABANA, ADRIANA - UNIÓN CONCUBINARIA**» IUE 2-117828/2023, se dispuso emplazar por edictos a todos los posibles interesados o personas que puedan verse afectados por el proceso en trámite, a estar a derecho en el presente proceso en el término de 90 días, bajo apercibimiento de designarles defensor de oficio.

Montevideo, 06 de marzo de 2024.-
Ximena Lourdes González Bayarres
Actuario Adjunto

10p-11/03 v. 22/03

INCAPACIDADES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 11° Turno, dictada en autos: «**MONTANO MONTERO, GRACIELA LUISA INCAPACIDAD**» IUE 49-530/2004, Se hace saber que por Resolución N° 4269/2023 de fecha 28/07/2023, dictada por éste Juzgado, se designó curadora propietaria dativa de GRACIELA MONTANO MONTERO, a la Sra. ANA MERCEDES MONTANO MONTERO Montevideo, 20 de septiembre de 2023.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-15/03 v. 04/04

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 8° Turno, dictada en autos: «**REBUFFO BORNIA, MARIA - INCAPACIDAD**» IUE 2-1982/2022, se hace saber que por Resolución N° 4176/2023 de fecha 14/08/2023, dictada por éste Juzgado, se ha designado curadora definitiva de la persona ya declarada en estado de discapacidad MARIA ISABEL REBUFFO BORNIA, a la Sra. MARIA MERCEDES RICO MENGE, quien aceptó el cargo con fecha 23/08/2023 sirviendo tal providencia de suficiente discernimiento y a los efectos legales se hacen éstas publicaciones. Montevideo, 27 de febrero de 2024.-
Juan José Silva Carreras
Adm. III Colab. Actuario Adjunto

10p-07/03 v. 20/03

Lo que se acepta, se transforma

Todos hemos pasado alguna vez por esa sensación muy incómoda de sentir y decir: "no, esto no me puede estar pasando", "de seguro que estoy soñando y voy a despertar"... sin embargo, después de la "pataleta", después de la pena profunda, del llanto desconsolado, debemos cerrar nuestros ojos, escuchar nuestra sabiduría interna y simplemente, aceptar.

Ante cualquier situación que te produzca malestar, analiza qué es lo que puedes hacer para cambiarlo, genera un plan de acción y ejecútalo... no obstante, muchas veces en la vida hay hechos que no dependen de nosotros, que por más que hagas o dejes de hacer, la situación no va a cambiar.

Entonces, en ese momento, por muy difícil que sea, y para seguir adelante y no estancarte, tienes que aceptar la realidad o si no, te quedarás suspendido como en un espacio de tiempo que pareciera que no avanza: porque tú no avanzas... porque te has quedado estancado.

Luchar contra una energía inamovible, contra algo que no depende de ti para cambiar, es un gasto de energía inútil y dañina. Solamente desde la aceptación, se puede seguir adelante sin estancarte.

La aceptación no es resignarse... tiene que ver con tolerar una situación, saber que la vida es así; tiene que ver con soltar, con fluir: es abandonar una lucha hacia algo que no tiene solución... es lograr centrar el interés y el foco de atención hacia otros lugares, que quizás por estar empeinado con llevar la situación a dónde querías, no podías ver y buscar otros caminos que te lleven a vivir en paz.

Finalmente ACEPTAR, incluye una tarea muy activa: enfrentar la realidad para lograr integrarla y así, poder generar un espacio de luz.

Hoy te invito a que revises qué aspecto de tu vida con el cual no estás conforme, es con el que sigues testarudamente dándote de cabezazos y te das cuenta que por más que hagas o dejes de hacer, la situación no cambia.

Hoy te invito a aceptar, a fluir, a soltar y verás con el tiempo, que poco a poco aquello que te dolía y generaba angustia, se va transformando en un espacio de paz.

Hoy te invito a que sueltes el peso, abras las manos y el corazón, y sigas caminando tu camino... que sigas yendo adelante... porque hacia atrás: ¡no se avanza!

Y recuerda que siempre pueden suceder eventos que nos causen pena u otra emoción que no nos guste; sin embargo, depende de cada uno quedarse en esa emoción y optar por el sufrimiento... o cambiar de actitud y conectarse con su luz interior.

Y entonces, ¿VAMOS POR MÁS?

María Jesús Martínez Bórquez



La aceptación incondicional de uno mismo: según pasan los años

Según pasan los años y en todas las etapas de la vida por las que transitamos, podemos sentir ansiedad o miedo. Sólo debemos estar atentas a que este miedo no se convierta en un miedo que nos paralice y no nos deje avanzar, sino que sea un motor que nos impulse hacia nuestros objetivos.

¿Cómo transitar en forma el camino del pasar de los años? Haciendo ejercicios, pero a nivel mental. Claro que puede ir al gimnasio, pero también es importante que usted piense sobre sí misma y el hecho de que está haciéndose mayor.

Puede que esté pensando que le voy a aconsejar trabajar para aumentar su autoestima, pero le propondré algo diferente: trabajar la aceptación incondicional de usted misma. La autoestima está basada en sus logros y la opinión de los demás. Puede ser incluso, que usted ya tenga su autoestima alta. Es probable que, por eso mismo, sufra de un alto grado de estrés, por colmar esas exigencias que usted cree que DEBE cumplir, para que los demás continúen aceptándola y valorándola.

Y si hablamos de una autoestima alta, esto indefectiblemente nos llevará a aceptar que también existe una autoestima baja... y como personas falibles que somos, no siempre podremos estar a la altura de nuestras exigencias y/o a las de los demás. Permítame preguntarle: "y esos días... ¿qué pasará?, ¿se sentirá deprimida?" Además, en la medida que sus logros aumentan, por así decirlo, la competencia será mayor; y si caemos en compararnos con otros, siempre habrá alguien por encima (y por debajo de nosotros), de acuerdo a las características que decidamos tomar en cuenta para valorarnos. Pero... ¿quién decide cuáles características tomar en cuenta?

En este proceso de transitar el camino del paso de los años y, vinculado a la autoestima, puede que mucha de su valía como persona, la haya puesto en determinadas características que hoy por hoy no posee o que se han modificado. ¿Es esto algo para deprimirse? No, de ninguna manera. Usted vale como persona siempre. Es por esto, que le aconsejo la aceptación incondicional de sí misma.

Deje de lado todas las ideas que tal vez usted misma avaló durante años y que la sociedad perpetúa: sea pionera, luce contra eso que

no le gusta. La "seudo comodidad" de aceptar las cosas "porque así son", es lo que la angustia... tome las riendas de su vida, a través de un cambio en la forma de ver las cosas.

Si usted es de las que piensa: "tengo que ser joven, es terrible envejecer", ¿qué le parece si prueba cambiar ese pensamiento por uno más adaptativo como: "ser feliz no tiene nada que ver con los años, sino con la actitud que uno tiene frente a la vida"?

¿Cómo se siente ahora, luego de modificar ese pensamiento? Puede que lo entienda con la razón, pero aún no sabe cómo cambiar la emoción. Claro, esto es un trabajo de varios días, no se logra de un día para otro. Tome papel y lápiz, y escriba todo aquello "negativo" que usted piensa que tiene esta etapa. Luego, escriba una idea que esté más basada en la realidad.

Por ejemplo: "el sexo y el romanticismo son sólo cosas de jóvenes". ¿Cómo? ¿Y si cambia ese pensamiento? "El sexo y el romanticismo son para todas las edades". Tal vez cambie la frecuencia o la forma, pero puede disfrutarlo de todas maneras; "tal vez algunos se escandalicen con mi actitud, pero yo aún disfruto de mi sexualidad, del amor y de muchas cosas más".

El problema de trabajar la autoestima, es que los logros se ponen afuera. Continuando con los ejemplos: si usted ha sido de esas personas que se regocijaba al entrar en algún sitio y llamar la atención por su juventud y belleza o por destacarse en un deporte: ¿qué pasa ahora, cuando hay chicas más jóvenes que usted o, en el segundo caso, personas con mejor estado físico que usted?

No es necesario deprimirse, tal vez afligirse sea un sentimiento más sano. Pero nada más que eso. Aún puede disfrutar del deporte, lo importante es QUE lo haga, no COMO lo haga; puede ir a la fiesta y brillar igual, pero de otra manera y disfrutar, claro está.

Deje de lado los pensamientos auto derrotistas, ya que si usted misma se siente como una persona despreciable o no digna, no podrá sentir ganas de ganarse el aprecio de los demás... el cual, en verdad, no NECESITA. Sí sería PREFERIBLE tenerlo, pero NO es INDISPENSABLE.

Volviendo a la fiesta... usted tiene ganas de bailar, pero teme pasar vergüenza entre tantos jóvenes, por miedo a que la vean ridícula. Para esta situación, utilizaremos el ejercicio de "Ataque a la vergüenza"; ya que si bien considero que hay que trabajar mucho a nivel

de los pensamientos, éstos están interrelacionados con su comportamiento y se modifican el uno al otro. Si piensa que puede quedar en ridículo por bailar entre todos esos jovencitos, entonces ¡HAGALO! y cante, también si lo desea. Se sentirá mucho más reconfortada por hacerlo, que por haberse comportado en la forma que usted considera "correcta".

Al hacer estos ejercicios, lo principal es cuidarse, es decir: una cosa es hacer algo que usted misma (o incluso otras personas) consideraría vergonzoso y otra, es buscarse problemas o agredir a terceros... o a usted misma. La idea es "atacar a la vergüenza", a nadie más.

Puede ponerse un sombrero ultra llamativo y salir a la calle, o preguntar por una calle cuando se encuentra en la misma, o preguntar a gritos el precio de un artículo en un supermercado, y salir airoso y más segura de todas estas situaciones.

La idea es hacer algo embarazoso, pero NO sentirse ridícula... o loca. Sí puede sentirse apenada, pero NO se rebaje... NO se regañe. Solo usted misma puede rebajarse, nadie más que usted. Así que si no lo hace consigo misma, no lo harán otras personas.

Este tipo de ejercicios le muestran cómo puede aceptarse a sí misma y que, para ser feliz, no necesita tener éxito en todo... o lograr la aprobación de las demás personas; o sea, la aprobación social.

Creo que si practica este ejercicio, terminará riéndose con usted misma. Y nada más sano que el humor, para aceptarnos incondicionalmente a pesar de todo. Haga lo que haga, siempre valdrá lo mismo, porque su valor está dado en su persona y no en lo que haga a su edad.

Practique aceptarse día a día y verá como su existir, se vuelve más pleno.

Viviana Vaisenberg

El Redactor

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