



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 16 N° 3689 - Montevideo, 9 de Agosto 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 ANÓNIMAS Y BALANCES

ALANVIT S.A.

REFORMA DE ESTATUTOS

Asamblea: 31.05.2024

Se reforma Art. 3° del estatuto: «ARTÍCULO 3. DOMICILIO.- Se domiciliará en Panamá y podrá tener domicilios especiales y todo tipo de ramificaciones dentro y fuera del país»

Inscripción N° 12076 del 8/8/2024.-

1p-v. 09/08

SOCIEDADES DE RESPONSABILIDAD LIMITADA

«GOBOX S.R.L.»

Cesión de Cuotas

Fecha 3/10/2023

Inscripción: N° 16183 el 11/10/2023

Cesión Cuota: Ramiro Alfonso LAMAS ERASO. CEDE: catorce (14) cuotas sociales a Ignacio Gonzalo Fascioli Collazo y una (1) cuota social a Guillermina Chrispens Barbato

Integración Actual: Ignacio Fascioli Collazo 99 cuotas sociales y Guillermina Chrispens Barbato 1 cuota social.-

Administración y Representación: Ignacio Fascioli Collazo y/o Guillermina Chrispens Barbato indistintamente

1p-v. 09/08

DAMCAROLLTDA

CESION Y/O MODIFICACION

CONTRATO: 10/11/2023

INSCRIPCION: 22508, 8/12/2023

CEDENTES: Carolina GAZZANI ALVAREZ (10 cuotas)

Mirta Aidée ALVAREZ YACUSA (9 cuotas)

CESIONARIOS: Héctor Damián GAZZANI ALVAREZ (19 cuotas)

Administración y representación de la sociedad corresponderá únicamente a Héctor Damián GAZZANI ALVAREZ.

1p-v. 09/08

PROLANALTDA

Sucesión Anibal Pastorino

Fallecimiento: 22/07/2023 Montevideo.

C.R.A. 22/12/2023

Transmisión de 50 cuotas sociales de naturaleza ganancial

Herederos: Aníbal y Claudia y Estela

PASTORINO FUENTES y Luis y Maria Soledad PASTORINO ROMAN. Cónyuge gananciales Gladys ROMAN
Inscripción: N° 1885 - 2/2/2024

1p-v. 09/08

REMATES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez de Paz Departamental Capital de 23° Turno, dictada en autos: «COPROPIEDAD EDIFICIO, YAGUARON 1581 c/ HEREDEROS O SUCESORES DE TAMBOLINI PIRIZ, MARTA - EJECUCIÓN DE HIPOTECA» IUE 2-73956/2019, se hace saber que el próximo 18 de setiembre a las 14:30 horas en Av. Uruguay 826 por intermedio del Rematador Juan Pablo Carrau, Matrícula 6688 RUT 216206960017 en acto presidido por la señora Alguacil del Juzgado se procederá a la venta en pública subasta, sin base, en dólares estadounidenses y al mejor postor, del siguiente bien inmueble: Unidad de propiedad horizontal número 103, la que forma parte del edificio construido en un solar ubicado en el departamento de Montevideo, localidad catastral del mismo nombre, empadronado con el número 7.466 el cual según plano de mensura y fraccionamiento horizontal del Ing. Ernesto Spinak de noviembre de 1977, inscripto en la Dirección General de Catastro Nacional el día 30/12/1977 con el N° 84.921, tiene una superficie de 444,39 metros con 10,71 metros de frente al Este a la calle Yaguarón, distando el punto más próximo de dicho frente 29,66 metros de la esquina formada con la calle Cerro Largo. La unidad CIENTO TRES, está empadronada individualmente con el número 7.466/103 y según el citado plano se ubica en el primer piso, a cota más 4,10 metros y tiene un área de 49,78 metros. SE PREVIENE QUE: 1) El inmueble se remata en las condiciones que surgen del expediente, de la documentación y de los certificados registrales, en especial, que la sucesión de la última titular registral del padrón no ha sido tramitada. 2) El mejor postor deberá consignar el 20 % de su oferta en el acto de remate así como la comisión del rematador e impuestos o sea el 3,66% del precio de remate todo lo que deberá pagarse en el acto y el saldo de precio deberá abonarse en el plazo de 20 días corridos a partir del día

hábil siguiente al de la notificación del auto que aprueba la almoneda. Los pagos deberán realizarse por los medios previstos por la ley 19.210 y 19.889. 3) Únicamente podrán imputarse al precio los rubros necesarios para la escrituración, esto es, Contribución Inmobiliaria e Impuesto de Primaria. 4) Los gastos de escrituración e impuestos que la ley pone de cargo del comprador, serán de cargo del mejor postor. 5) Será de cargo del expediente la comisión de venta del Rematador más IVA o sea el 1,22% del precio de remate. 6) Se desconoce el estado ocupacional del inmueble, así como su estado de conservación, la regularidad de las construcciones existentes y la situación contributiva ante el BPS, por aportes a la construcción. 7) Al 21/9/2023 se adeudaban por el inmueble \$19.412,16 por Contribución Inmobiliaria y \$ 87.623,58 por Tributos Domiciliarios; y al 31/10/23 se adeudaban \$ 9.659 por Impuesto de Primaria. Existe deuda de gastos comunes, desconociéndose dicho monto en la actualidad. 8) Por el inmueble no se cumple con el art. 178 de la Ley 17296. 9) El estudio de títulos se realizó en base a testimonios notariales, los que quedan a disposición de los interesados, para su consulta en la OFGECEN: 25 de Mayo N° 500. Y a los efectos legales se hace esta publicación, dejándose constancia que se expide el presente habiendo tenido a la vista los certificados registrales estudiados en autos N°2792920 (Propiedad Inmobiliaria) y 2697406 (RNAP) ampliados al día 6 de agosto de los corrientes.

Montevideo, 07 de agosto de 2024.-

Verónica Mariela Merlano Conde

Actuario de Jdos. de Paz

1p-v. 09/08

APERTURA DE SUCESIONES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)

Los Señores Jueces Letrados de Familia han dispuesto la apertura de las sucesiones que se enuncian seguidamente y citan y emplazan a los herederos, acreedores y demás interesados en ellas, para que, dentro del término de 30 (treinta) días comparezcan a deducir en forma sus derechos ante la sede correspondiente.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, MARÍA IRMA BETHENCOURT MOYANO, (IUE: 2-62289/2024)



Montevideo, 24 de julio de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
RODOLFO MARIO MARTÍNEZ GEREZ
y **MARÍA SOCORRO GEREZ BAEZ**,
(IUE: 2-55485/2024)

Montevideo, 25 de julio de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
ANDREA VIRGINIA SAN MARTIN
DURAN, (IUE: 2-60658/2024)

Montevideo, 29 de julio de 2024.-
Mónica Laura Martínez Giunti
Actuario

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
JULIO CARLOS BERRIEL ANDREIS,
(IUE: 2-40945/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
JOSEFA PARGA VÁZQUEZ,
(IUE: 2-57381/2022)

Montevideo, 21 de noviembre de 2022.-
María Rosina Favretti Sastre
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
MARÍA FULGENCIA VERDE PATRONE,
(IUE: 2-40965/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-
Flavia Polini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
NILZA RODRIGUEZ,
(IUE: 2-33924/2024)

Montevideo, 14 de junio de 2024.-
Mónica Laura Martínez Giunti
Actuario

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
TERESA FERNANDEZ VALLEJO,
(IUE: 2-65604/2024)

Montevideo, 8 de agosto de 2024.-
Mónica Laura Martínez Giunti
Actuario

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,

CESAR GONZALEZ ORTIZ, AMANCIO
RAMON URRUTIA CROSA, NOEMI
DEL CARMEN GONZALEZ ORTIZ y
OSCAR SALVADOR PUYO,
(IUE: 2-66504/2024)

Montevideo, 7 de agosto de 2024.-
Giovanna María Gallo Martínez
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
JOSÉ RAMÓN MARTÍNEZ SANIN,
(IUE: 2-59188/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-
Magdalena Elsi Mignone Viera
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
ANA MARIA SILVA CATAGNIN,
(IUE: 2-40919/2024)

Montevideo, 2 de agosto de 2024.-
Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

P A N D O

EDICTO

Juzgado Letrado de Pando de 3° Turno,
BRUNO AGUIRRE PEREIRA,
(IUE: 2-53094/2024)

Pando, 1 de agosto de 2024.-
Viviana Karen Rodríguez Ruiz
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Pando de 4° Turno,
ALBA VELAZQUEZ SALAZAR,
(IUE: 2-53108/2024)

Pando, 29 de julio de 2024.-
Viviana Karen Rodríguez Ruiz
Actuario Adjunto

10p-09/08 v. 22/08

**DISOLUCIONES Y LIQUIDACIONES
DE SOCIEDADES CONYUGALES**

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o..)
Por disposición de los Señores Jueces Letrados de Familia, se hace saber que se ha decretado la Disolución y Liquidación de las Sociedades Legales de Bienes existentes entre los cónyuges que se indican a continuación; y se cita y emplaza a todos los interesados para que comparezcan a deducir en forma sus derechos, dentro del término de 60 (sesenta) días, bajo apercibimiento de lo que corresponda por Derecho.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno,
PABLO ALEJANDRO APRAHAMIAN
BAKERDJIAN y **STEPHANIE**
MARKASSIAN GARABEDIAN,
(IUE: 2-67049/2024)

Montevideo, 1 de agosto de 2024.-
Mónica Laura Martínez Giunti
Actuario

10p-09/08 v. 22/08

APERTURA DE SUCESIONES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o.)
Los Señores Jueces Letrados de Familia han dispuesto la apertura de las sucesiones que se enuncian seguidamente y citan y emplazan a los herederos, acreedores y demás interesados en ellas, para que, dentro del término de 30 (treinta) días comparezcan a deducir en forma sus derechos ante la sede correspondiente.

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
JORGELINA VIRGINIA BERTOTTO,
(IUE: 2-64012/2024)

Montevideo, 31 de julio de 2024.-
María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 5° Turno,
HECTOR CARLOS LOPEZ
VILLASANTE,
(IUE: 2-65773/2024)

Montevideo, 1 de agosto de 2024.-
Daniela Natali Hüelmo Toñola
Actuario Adjunto

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
MARÍA IRMA ISOLA GÓMEZ y
EMILIO JUAN PAREDES DOMÍNGUEZ,
(IUE: 2-63421/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
JULIA GENOVEVA ECHEVARRIA
ESTEVEZ,
(IUE: 2-56663/2024)

Montevideo, 5 de agosto de 2024.-
Daniela Natali Hüelmo Toñola
Actuario Adjunto

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
MARÍA ELINA SUÁREZ SOSA y
JORGE ALCIRO MERELLO MEDINA,
(IUE: 2-102995/2023)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
PAULITO ELIZALDE GONZALEZ,
(IUE: 2-31951/2024)

Montevideo, 29 de julio de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-08/08 v. 21/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,



LILA CARMEN IGARZABAL ZIPITRIA, (IUE: 2-68191/2024) Montevideo, 5 de agosto de 2024.- Andrea María Casal Muzzolón Actuario 10p-08/08 v. 21/08	Actuario Adjunto EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, ROSA MARIA LAPAZ XIMENEZ y WALTER ALFREDO MONTERO VERDES, (IUE: 2-125596/2023) Montevideo, 7 de febrero de 2024.- José Roberto Conte García Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08	GONZATTO o GONZATO, (IUE: 2-51085/2024) Montevideo, 26 de julio de 2024.- María Fernanda Vega Berro Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, LUIS ORLANDO MILESSI RIVA, (IUE: 2-69011/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, SONIA ALBA NOVARO MELAZZI, (IUE: 2-59642/2024) Montevideo, 31 de julio de 2024.- Flavia Folini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, EDUARDO JESUS OLIVERA GERACIME, (IUE: 2-62197/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- María Fernanda Vega Berro Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, JORGE JUAN MATEO ALGORTA, (IUE: 2-60355/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, FERNANDO POUSO PEREIRA, (IUE: 2-52239/2024) Montevideo, 24 de julio de 2024.- Flavia Folini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, JACINTA RAQUEL VIERA GARCIA, (IUE: 2-59821/2024) Montevideo, 26 de julio de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 21° Turno, MIGUEL ÁNGEL BASANTA DÍAZ, (IUE: 2-64888/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, CÉSAR LUZARDO ALONSO, (IUE: 2-28755/2024) Montevideo, 26 de julio de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, ENRIQUE BALUGA o ENRIQUE BALUGA ALDREY o ENRIQUE BALUGA ALDREI , (IUE: 2-62561/2024) Montevideo, 25 de julio de 2024.- Magdalena Elsi Mignone Viera Actuario Adjunto 10p-07/08 v. 20/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, MIRTHA ALEJANDRINA FARIAS PEREYRA, (IUE: 2-63864/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno, DINO ROSTAGNOL BERTIN, (IUE: 2-67552/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Andrea María Casal Muzzolón Actuario 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, MARIO ALBERTO SACCO y LUCILA VICTORINA DANERI, (IUE: 2-31502/2024) Montevideo, 25 de junio de 2024.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario 10p-06/08 v. 19/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, IVONNE ELIZABETH RAMBALDUCCI AZANZA , (IUE: 2-33005/2024) Montevideo, 9 de mayo de 2024.- Noelia Viviana Silva Cirigliano Adm. III Colab. Actuario Adjunto 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, JUAN CARLOS SKURAS CLIMI, (IUE: 2-59537/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, PERLA EDELVEIZ LOMBARDO CARRARA, (IUE: 2-48919/2024) Montevideo, 17 de julio de 2024.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario 10p-06/08 v. 19/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, MARIA DEL ROSARIO CABRERA ÁLVAREZ, (IUE: 2-67106/2024) Montevideo, 5 de agosto de 2024.- Magdalena Elsi Mignone Viera Actuario Adjunto 10p-08/08 v. 21/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, ANA MAI KRAUS, (IUE: 2-64896/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario 10p-07/08 v. 20/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, NELSON OMAR VENTURA FERIA, (IUE: 2-41417/2024) Montevideo, 31 de julio de 2024.- Flavia Folini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-06/08 v. 19/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, GUSMAN SILVERA ARRIOLA, (IUE: 2-52396/2024) Montevideo, 16 de julio de 2024.- Leticia Adriana Féola López	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno, TERESITA HAYDEE ZUNINO	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, ANA MARIA SILVEIRA QUESADA, (IUE: 2-53907/2024)



Montevideo, 31 de julio de 2024.-
Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
MARIA CELIA MICHELENA LOPEZ,
(IUE: 2-61701/2024)

Montevideo, 31 de julio de 2024.-
Giovanna María Gallo Martínez
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
**DIONISIO EVANGELISTA o
DIONISIO EVANGELISTA ANTONIO
MOLINA ARCE**,
(IUE: 2-55813/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
ETHEL AZUCENA CASAS BIANCO,
(IUE: 2-121257/2023)

Montevideo, 12 de diciembre de 2023.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno,
YAMANDU GONZÁLEZ SOCA,
(IUE: 2-56569/2024)

Montevideo, 2 de agosto de 2024.-
Cinthia Pestaña Vaucher
Actuario

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
BLANCA MEDEROS AGUIAR,
(IUE: 2-48117/2024)

Montevideo, 14 de junio de 2024.-
Noelia Viviana Silva Cirigliano
Adm. III Colab. Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
ANTONIO SERRANO FARIÑA,
(IUE: 2-60310/2024)

Montevideo, 26 de julio de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
JESUS ECHEVERRIA MATA,
(IUE: 2-55835/2024)

Montevideo, 27 de junio de 2024.-
Carolina Silvia Hauret Martínez
Actuario

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, (IUE: 2-24355/2024)

**FLAVIA CENTENO DE SOUZA
GULARTE,**
(IUE: 2-58379/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-

Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
**MANUEL CORSINO MENENDEZ
ACEBAL,**
(IUE: 2-32624/2024)

Montevideo, 8 de mayo de 2024.-

Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
**NELLY ROSAS REYES y EZEQUIEL
SOARES DE LIMA CHAPARRO,**
(IUE: 2-46407/2024)

Montevideo, 21 de junio de 2024.-

Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-06/08 v. 19/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
JUAN CARLOS BETARTE SAAVEDRA,
(IUE: 2-57710/2024)

Montevideo, 1 de agosto de 2024.-

Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
STELLA MARIS STRATA ALVAREZ,
(IUE: 2-41556/2024)

Montevideo, 1 de agosto de 2024.-

Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
**WILLIAM DANIEL FERNÁNDEZ
MALDONADO,**
(IUE: 2-56517/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-

Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno,
ANA GABRIELAYAPOUDJIAN FARTO,
(IUE: 2-44398/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-

Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
**MILLI CAROLYN RODRÍGUEZ
ROSANO,**

Montevideo, 31 de julio de 2024.-
Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
**RUBEN BELTRAN ZALAYETA
CARDOSO o RUBEN ZALAYETA
CARDOZO,**
(IUE: 2-55937/2024)

Montevideo, 31 de julio de 2024.-
Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
**CARLOS ALBERTO ALBORNOZ
VIGNOLO,**
(IUE: 2-65275/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
**LUCILA DE LOS SANTOS
FERNÁNDEZ,** (IUE: 2-57087/2024)

Montevideo, 31 de julio de 2024.-
Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno,
PABLO SPRENZI GORIN SLEPAC,
(IUE: 2-58398/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno,
RUBEN CABRAL,
(IUE: 2-40344/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-
Ana Mariela Bruno Pollero
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 19° Turno,
**MARIELA NAYR CHIALANZA
MONTEIRO,**
(IUE: 2-64498/2024)

Montevideo, 26 de julio de 2024.-
Andrea María Casal Muzzolón
Actuario

10p-05/08 v. 16/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 23° Turno,
**MARINA SEVERINA BECCO
BONIFACINO,**
(IUE: 2-56556/2024)

Montevideo, 19 de julio de 2024.-



Noelia Viviana Silva Cirigliano Adm. III Colab. Actuario Adjunto 10p-05/08 v. 16/08	NYDIA JACQUELINE ELHORDOY MUÑIZ y CATALINA ISRAEL AZAR, (IUE: 2-57764/2024) Montevideo, 31 de julio de 2024.- Flavia Folini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno, IRENE ISABEL FAIG MILLOT, (IUE: 2-51038/2024) Montevideo, 2 de agosto de 2024.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto 10p-05/08 v. 16/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, NELSON ANDRÉS RUMIA POGGI, (IUE: 2-54671/2024) Montevideo, 30 de julio de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno, ENRIQUE ADOLFO STEVERLYNCK LEIRENS o ENRIQUE ADOLFO ALFONSO STEVERLYNCK LEIRENS, (IUE: 2-58599/2024) Montevideo, 19 de julio de 2024.- Magdalena Elsi Mignone Viera Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, ANA MARÍA PRIETO MARTÍNEZ, (IUE: 2-66819/2024) Montevideo, 31 de julio de 2024.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 15° Turno, ELSA MABEL BARRETO VAZQUEZ, (IUE: 2-53468/2024) Montevideo, 30 de julio de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, DIONISIO NICOLAS CASTROMAN CUEVAS, (IUE: 2-46843/2024) Montevideo, 22 de julio de 2024.- Leticia Adriana Féola López Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno, BRANKO JORGE MAGAS, (IUE: 2-56770/2024) Montevideo, 24 de julio de 2024.- María Victoria Giovanelli Ferreira Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 17° Turno, VICTOR CESAR LOPEZ DUARTE, (IUE: 2-62833/2024) Montevideo, 31 de julio de 2024.- Giovanna María Gallo Martínez Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 4° Turno, RICARDO CARBALLO PADÍN, (IUE: 2-55533/2024) Montevideo, 30 de julio de 2024.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario 10p-01/08 v. 14/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, ELIDAMIRTAMARTINEZRODRIGUEZ, (IUE: 2-46796/2024) Montevideo, 16 de julio de 2024.- Mónica Laura Martínez Giunti Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, DOMINGA LUCINDA POMBO OSINDE, (IUE: 2-63720/2024) Montevideo, 22 de julio de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno, NELLY EVA RODRÍGUEZ FERREIRA, (IUE: 2-57657/2024) Montevideo, 16 de julio de 2024.- Natalia Gavilanes Calero Actuario Adjunto 10p-01/08 v. 14/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno, RODRIGO TELLECHEA UMPIERREZ, (IUE: 2-57093/2024) Montevideo, 16 de julio de 2024.- Mónica Laura Martínez Giunti Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno, OTTO RON MOREIRA, (IUE: 61-100/2024) Montevideo, 5 de junio de 2024.- Bettina Inés Ceriani Bianchi Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, GABRIEL UMBERTO GEMINO ZOUAIN, (IUE: 2-49259/2024) Montevideo, 24 de julio de 2024.- Flavia Polini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-01/08 v. 14/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 11° Turno, FERNANDO ABEL CHIARLONE GARCÍA, (IUE: 2-36276/2024) Montevideo, 23 de mayo de 2024.- Ana Claudia Ongay Gaar Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 22° Turno, JUANA GURMECINDA PEÑALVA o PEÑALBA TEJERA, (IUE: 2-54734/2024) Montevideo, 24 de julio de 2024.- Cinthia Pestaña Vaucher Actuario 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 16° Turno, JOSÉ MARJOVSKY WOLMAN, (IUE: 2-57352/2024) Montevideo, 30 de julio de 2024.- Ana Mariela Bruno Pollero Actuario 10p-01/08 v. 14/08
EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno, MIRTHA GRACIELA LOMANDO CORUJO, (IUE: 2-25441/2024) Montevideo, 24 de julio de 2024.- Flavia Folini Irigoyen Actuario Adjunto 10p-02/08 v. 15/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno, ELENA BARINI CASTERA, (IUE: 2-57977/2024) Montevideo, 25 de julio de 2024.- Valentina Soledad Barrera Avila Actuario Adjunto 10p-01/08 v. 14/08	EDICTO Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno, SELIKA GLADYS RODRIGUEZ ALVAREZ, (IUE: 2-8216/2024) Montevideo, 24 de junio de 2024.- Giovanna María Gallo Martínez Actuario Adjunto 10p-01/08 v. 14/08

**EDICTO**

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
OSCAR EUSTASIO FERNÁNDEZ GONZÁLEZ y VIOLETA IBARRA,
(IUE: 2-30941/2024)

Montevideo, 10 de junio de 2024.-
Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-01/08 v. 14/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
TERESA AMELIA YASUIRE ALVAREZ,
(IUE: 2-55290/2024)

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

10p-01/08 v. 14/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 8° Turno,
ANA PATRICIA GONZÁLEZ RÖMER,
(IUE: 2-62255/2024)

Montevideo, 29 de julio de 2024.-
Natalia Gavilanes Calero
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 10° Turno,
PEDRO ENRIQUE MORENIANGALO,
(IUE: 2-62565/2024)

Montevideo, 29 de julio de 2024.-
Mónica Laura Martínez Giunti
Actuario

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
CELIA SADLER WENGERSKI,
(IUE: 2-31234/2024)

Montevideo, 17 de julio de 2024.-
Daniela Natali Hüelmo Toñola
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 20° Turno,
MARIA del CARMEN DI CHIARA VILLAMIL,
(IUE: 2-60826/2024)

Montevideo, 23 de julio de 2024.-
Bettina Inés Ceriani Bianchi
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno,
BLANCA IBAÑEZ IGLESIAS,
(IUE: 2-57321/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-
Magdalena Elsi Mignone Viera
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
EDUARDO ALBERTO CANALE SANDRO,
(IUE: 2-56967/2024)

Montevideo, 22 de julio de 2024.-
Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

Montevideo, 23 de julio de 2024.-
Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

Montevideo, 23 de julio de 2024.-

Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno,
MARIA EMIRA SILVA,
(IUE: 2-48760/2024)

Montevideo, 29 de julio de 2024.-

Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
ANDRÉS NERIS SABINI,
(IUE: 2-61925/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-

María Victoria Giovanelli Ferreira
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 2° Turno,
MARGARITA BLANCA SCHWENGEL SUÁREZ,
(IUE: 2-51729/2024)

Montevideo, 28 de junio de 2024.-

Ana Claudia Ongay Gaar
Actuario

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 12° Turno,
OLGA PEREIRO FERREIRO,
(IUE: 2-33912/2024)

Montevideo, 23 de julio de 2024.-

Daniela Natali Hüelmo Toñola
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
OSVALDO ATILIO COLLAZZO CRESPI,
(IUE: 2-57739/2024)

Montevideo, 25 de julio de 2024.-

Giovanna María Gallo Martínez
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 18° Turno,
ZULLY MARIA MOLINARI MONTENEGRO y HERIBERTO PABLO LARMINI SOSA,
(IUE: 2-54300/2024)

Montevideo, 25 de julio de 2024.-

Giovanna María Gallo Martínez
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 24° Turno,
MARIO DIONISIO CURBELO LEGUIZAMON,
(IUE: 2-56514/2024)

Montevideo, 22 de julio de 2024.-

Valentina Soledad Barrera Avila
Actuario Adjunto

Montevideo, 16 de julio de 2024.-

Carolina Silvia Hauret Martínez
Actuario

Montevideo, 24 de julio de 2024.-

Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 25° Turno,
MARIA BLANCA PAIZ MENDEZ,
(IUE: 2-58209/2024)

Montevideo, 16 de julio de 2024.-

Carolina Silvia Hauret Martínez
Actuario

10p-30/07 v. 12/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 6° Turno,
MARGARITA LUTHAR TIVADAR o MARGARITA TERESITA LUTHAR TIBALDOR o MARGARITA LUTHAN,
(IUE: 2-51553/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-

Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 13° Turno,
ALBERTO SARRASQUETA ALVAREZ o ALBERTO CESAR SARRASQUETA ALVAREZ, MARIA CARMEN VIÑA y LUIS ALBERTO SARRASQUETA VIÑA,
(IUE: 2-46203/2024)

Montevideo, 24 de julio de 2024.-

Flavia Folini Irigoyen
Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
MARIA DEL CARMEN VARELA GASCON,
(IUE: 2-54663/2024)

Montevideo, 16 de julio de 2024.-

Leticia Adriana Féola López
Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 27° Turno,
HUGO EFFREN GARCÍA ANTÚNEZ,
(IUE: 2-38077/2024)

Montevideo, 22 de mayo de 2024.-

Marisa Sandra Sayans Gandós
Actuario Adjunto

10p-29/07 v. 09/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 2° Turno,
WALTER HUGO FURTADO CAPOTTE, (IUE: 2-63215/2024)

Ciudad de la Costa, 30 de julio de 2024.-

María Carolina Reyes Carcavallo
Actuario Adjunto

10p-01/08 v. 14/08

CIUDAD DE LA COSTA

EDICTO

Juzgado Letrado de Ciudad de la Costa de 2° Turno,
WALTER HUGO FURTADO CAPOTTE, (IUE: 2-63215/2024)

Ciudad de la Costa, 30 de julio de 2024.-

María Carolina Reyes Carcavallo
Actuario Adjunto

10p-01/08 v. 14/08





SOCIEDADES ANÓNIMAS Y BALANCES

URUGRAINS.A.

Reducción de Capital Integrado

Asamblea Extraordinaria de Accionistas celebrada el 31 de julio de 2024, resolvió reducir el capital integrado.

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 la sede de la sociedad, en la ciudad de Montevideo en la calle Luis Alberto de Herrera 1248 torre 3 oficina 2077, en el horario de 10.00 a 16.00.

El Directorio.

10p-02/08 v. 15/08

El saber está en ti

Nuestro ser está aleccionado, entrenado a pensar, a decidir teniendo en cuenta el razonamiento lógico de las decisiones a tomar.

La vida nos presenta situaciones, en las que debemos elegir... y para eso, se nos insta a pensar, evaluar y decidir. Todo sucede tan rápido, que olvidamos que el saber es parte del sentir.

Tú sabes qué decisión tomar... debes permitir que tu alma te hable, tu instinto te guíe y el amor te acompañe.

Todos tenemos un camino que seguir, una vida de la que aprender... libera tu mente... permítete ser y sentir.

En ti está el saber, porque en ti está el amor... porque tú, eres amor.

Autora: Marisan

El Redactor

SU PUBLICACION

manda el edicto por:

elredactor@vera.com.uy

PAGAS POR

TRANSFERENCIA

y TE ENVIAMOS LA

FACTURA PARA RETIRAR

2 407 85 76

<https://elredactor.com.uy>

RECTIFICACION DE PARTIDAS

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez Letrado de Familia de 6° Turno, dictada en autos caratulados: «JANCHUK MARTINEZ, CARMEN - RECTIFICACIÓN DE PARTIDA», IUE 2-48878/2024, se ha solicitado la rectificación de la Partida de Nacimiento de: CARMEN BEATRIZ JANCZUK MARTINEZ, inscrita el día 11/02/1965, ante el Oficial de Estado Civil de la Of. 1 del Departamento de Paysandú, Acta N° 158, en el sentido que: donde dice: «JANCHUK», debe decir: «JANCZUK» por así corresponder.

Montevideo, 24 de julio de 2024.-

Flavia Polini Irigoyen

Actuario Adjunto

10p-01/08 v. 14/08

DISOLUCIONES Y LIQUIDACIONES DE SOCIEDADES CONYUGALES

(Ley 16.044 artículos 3o., 4o. y 5o..)

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

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 26° Turno, DANIEL EDUARDO VAZQUEZ/TABEIRA y ALEJANDRA FERNANDEZ RIVERO, (IUE: 2-54484/2024)

Montevideo, 30 de julio de 2024.-

Carolina Silvia Hauret Martínez

Actuario

10p-07/08 v. 20/08

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 28° Turno, MARIA LORENA JUAREZ BELTRAN y WALTER HUGO DIAZ GEBARA, (IUE: 2-22223/2024)

Montevideo, 6 de mayo de 2024.-

Marisa Sandra Sayans Gandós

Actuario Adjunto

10p-31/07 v. 13/08

PANDO

EDICTO

Juzgado Letrado de Familia de 3° Turno, LEONARDO ADRIAN AREVALO FERNANDEZ y NESTOR ALBERTO GAMARRA CASTRO, (IUE: 2-52444/2024)

Pando, 21 de junio de 2024.-

Nicolas Maximiliano Rodriguez Borges

Adm. IV Colab. Actuario Adjunto

10p-08/08 v. 21/08

SALÓN CALYFA

CONFECCION DE
TALONARIOS DE
ACCIONES

2408 7623

s.calyfa13@hotmail.com

www.saloncalyfa.com

PRESCRIPCIONES

EDICTO

Por disposición del Sr/a. Juez de Paz Departamental Capital de 11° Turno, dictada en autos: «YANEZ O YAÑEZ, MARIA c/ PUIG AZNAREZ, RAUL y otros - PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA BIEN INMUEBLE ANTOGNASSA Y ALFREDO PIFARATTI - PRESCRIPCIÓN ADQUISITIVA BIEN INMUEBLE» IUE 2-29500/2015, se hace saber que ante este juzgado se ha presentado el 21/05/2015 la Sra. María Rosa Yanez o Yañez promoviendo acción de prescripción adquisitiva treintenral del siguiente bien inmueble: padrón n° 180.848, (solar 15, manzana E59 en plano del Agrimensor Jose Maranesi inscripto en Catastro con el N° 16982 el 14/02/1947), con un área de 308 metros cuadrados con 77, que se deslindan así 10 m 05 al noroeste de frente a la calle Laureles n° de puerta 1087, distando su punto más cercano a la calle Concordia una distancia de 22 m 71, 30 m 80 al suroeste lindando con los padrones 180.845 y 180.847, 10 m al sureste lindando con el padrón 180.844 y 30 m 80 al noreste lindando con el padrón 180.849, Localidad Catastral Montevideo, departamento de Montevideo, según plano de mensura del Agrimensor Luis Méndez Zeballos inscripto con el número 1824 el 16/11/2015 en el Registro Provisorio de la D.G.C. En consecuencia se CITA, LLAMA y EMPLAZA a sus últimos titulares registrales Raúl Puig Aznarez, Blanca Borrat Pérez, Humberto Luis Antognazza y Alfredo Noe Piffaratti o Piffaretti, así como a sus herederos y/o sucesores a cualquier título, incluyendo toda persona que pueda considerarse con derecho sobre el referido inmueble, a efectos de comparecer a estar a derecho en el presente proceso, bajo apercibimiento de designarle defensor de oficio con quién se seguirán las actuaciones. En los mismos términos se emplaza a los titulares y/o sucesores de los padrones linderos números 180.845, 180.847, 180.844 y 180.849 incluyendo toda persona que pueda considerarse con derecho o interés sobre los referidos padrones. Montevideo, 16 de julio de 2024.-

Natalia Ferreira Mernies
Actuario Adjunto

10p-30/07 v. 12/08



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, luche 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 autoderrrotistas, 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 airosa 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

SALÓN CALYFA
CONFECCION DE
TALONARIOS DE
ACCIONES