

+ Vida real

Cambios reales

Tomando el control en el
cuidado de las heridas crónicas

Smith+Nephew



ALLEVYN [◇]
Apósitos para heridas

CLOSER TO ZERO [◇]

Te ayudamos a reducir el impacto humano
y el coste económico de las heridas

smith-nephew.com/allevyn



Más heridas

Presupuestos reducidos

Pocos profesionales de enfermería

La presión de tratar más heridas con presupuestos reducidos, tiene gran impacto en el tiempo que los profesionales de enfermería dedican a sus pacientes.

Con la **sobrecarga** que esto supone para el personal y los recursos, es difícil encontrar el tiempo necesario para atender los problemas de salud de los pacientes de manera más amplia.

El cuidado de las heridas crónicas requiere **una cantidad significativamente mayor de recursos** por paciente, en comparación con las heridas agudas¹:



Piense en el impacto que tienen estas situaciones en su trabajo diario

Sintiendo la presión de gestionar los cuidados

No solo debe dirigir a su equipo sino también controlar el presupuesto y tratar a más pacientes con menos personal. El **desafío constante de tratar heridas complejas** está provocando problemas importantes.

Los cambios de apósitos clínicamente innecesarios tienen un **fuerte impacto** en los recursos, los horarios de trabajo y en los costes.

¿Cómo va a afrontar las demandas crecientes del futuro?



Casi un
70%
de los cambios de apósitos se realizan de manera rutinaria²



50%
de los cambios de apósitos en atención primaria son clínicamente innecesarios³



La población continúa envejeciendo y la necesidad de recibir cuidados sanitarios aumenta al mismo tiempo⁴.



Se le está pidiendo que haga más con menos

A medida que crece la población de edad avanzada, con sus múltiples problemas de salud, **las heridas crónicas son cada vez más frecuentes**. El cuidado de las heridas es una parte esencial del trabajo que usted y su equipo realizan a diario, pero los costes son elevados y aumentan rápidamente.

Con un coste anual de 5 mil millones de libras, las heridas suponen una **carga económica sustancial** para el sistema nacional de salud del Reino Unido, similar al del manejo de la obesidad⁵.

Los presupuestos no aumentan lo suficiente para atender las necesidades, y el ahorro de costes en los materiales no compensa el déficit. **La presión está aumentando** en un sistema sanitario ya sobrecargado.

El coste medio por paciente de cuidar una herida que no cicatriza es

**más del
doble**

del coste de una herida cicatrizada*⁶



Con el problema creciente de hacer más con menos, ¿no es hora de cambiar algo?

*Heridas que cicatrizaron en el periodo de 1 año que duró el estudio



El tiempo adecuado para el cuidado adecuado

Los cambios de apósitos innecesarios consumen un tiempo valioso que podría dedicarse a atender otras necesidades asistenciales de los pacientes, lo que impacta en su bienestar. Muchos pacientes viven con heridas que van empeorando progresivamente, debilitantes y dolorosas, con la consiguiente pérdida de confianza y el aislamiento social que esto provoca. **Desafortunadamente una cuarta parte de los pacientes con heridas se relaciona menos con sus amigos y su familia, y un tercio no puede trabajar a jornada completa**⁷.

Los profesionales de enfermería **sufren la carga** de los continuos problemas de salud de sus pacientes; esto incrementa su nivel de estrés y provoca desánimo.

Está claro que algunos pacientes requieren más cuidados, mientras que otros podrían seguir beneficiándose con menos. Al centrarse en las necesidades únicas y particulares, de cada paciente se podrá ofrecer **un cuidado optimizado y adaptado a las vidas reales de los pacientes**.

24%

de los pacientes con heridas crónicas ha vivido con ellas durante al menos 6 meses, **y casi un 16% de las heridas siguen sin cicatrizar durante 1 año o más**⁸

¿Puede generar un impacto positivo y real en el cuidado de las heridas de sus pacientes?





Centrarse primero en las necesidades de los pacientes le permite elegir apósitos que se adecuen a sus vidas reales.



Personas diferentes, necesidades diferentes

UN ENFOQUE SENCILLO



Ella es activa y se implica en sus propios cuidados. Desea reanudar su vida normal y reducir el número de visitas según sus necesidades.

Exudado escaso o moderado.



Pruebe un apósito con una tecnología única diseñada para permitir que los pacientes lo usen más tiempo¹ y que indique cuando es necesario el cambio². Se sentirán más seguros sabiendo que el apósito no les fallará:

Pruebe ALLEVYN[®] LIFE un día más

más
información



Esta paciente presenta problemas relacionados con fugas y con apósitos que se despegan. Su movilidad limitada supone un reto adicional para sus cuidados.

Herida crónica con exudado abundante.



Elija un apósito que absorba^{3,4}, bloquee y minimice la visibilidad del exudado, con una tecnología avanzada de bloqueo y enmascaramiento^{2,5,6}, que a la vez le ayuda a evitar las fugas y controlar el olor⁷⁻⁹:

Pruebe ALLEVYN[®] LIFE

más
información



Paciente con múltiples problemas de salud que requiere visitas frecuentes. Hay riesgo de que aparezcan otras complicaciones.

Exudado escaso o moderado.



Este paciente se beneficiaría de un apósito de silicona de elevada calidad, discreto y muy adaptable¹⁰⁻¹³ a las zonas anatómicas complejas, que se mantenga aplicado^{14,15} y que se pueda colocar y retirar con facilidad^{10,16,17}:

Pruebe ALLEVYN[®] GENTLE BORDER

más
información



El tratamiento que incrementa la confianza de todos los pacientes

Pensando en las necesidades particulares y únicas de cada paciente, hemos diseñado la familia de apósitos ALLEVYN[®] para ofrecer un **cuidado óptimo centrado en el paciente** para una amplia gama de heridas crónicas en diferentes fases de tratamiento.

Ya sea ayudando a un paciente activo **a volver antes a su trabajo** al manejar el exudado de su herida con ALLEVYN[®] LIFE, o ayudando a que un paciente de edad avanzada **se sienta lo bastante seguro como para salir de casa** con ALLEVYN[®] GENTLE BORDER^{14,15}, diseñado para que se mantenga aplicado. Ponemos primero las necesidades reales de los pacientes.

¿Que impacto podría tener el enfoque centrado en el paciente de ALLEVYN[®] en la vida real de sus pacientes?

ALLEVYN[®]
Apósitos para heridas



Cambios reales para mejoras reales

Si ALLEVYN[®] LIFE puede ayudar a su paciente, podría ser el momento de conocer la diferencia que representa **un día más**. Al reducir el número innecesario de cambios de apósito^{1,5}, manteniendo al mismo tiempo **un excelente control del exudado^{*5}** y **el bienestar del paciente^{2,8}**, se puede generar un impacto real en los profesionales de enfermería y en los pacientes.

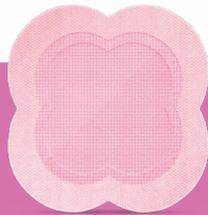
Clique aquí para saber más sobre el modo de acción de ALLEVYN[®] LIFE

Con su indicador de cambio exclusivo y la avanzada tecnología de bloqueo del exudado, ALLEVYN[®] LIFE garantiza un **tratamiento óptimo de la herida centrado en el paciente:**



Indicador de cambio EXUMASK[®]

Nuestro indicador de cambio exclusivo permite que usted y su paciente sepan cuál es el mejor momento para cambiar el apósito².



Bloqueo avanzado EXULOCK[®]

Nuestra tecnología avanzada de bloqueo reduce al mínimo las fugas, por lo que dura más que cualquier otro apósito de espuma^{3,8,9,16}.

*Basado en la evaluación del producto

¿Ha llegado el momento de probar ALLEVYN[®] LIFE un día más?



LA HISTORIA DE LAS HERIDAS CRÓNICAS

UN ENFOQUE SENCILLO

ALLEVYN & UN DÍA MÁS

CÓDIGOS GAMA ALLEVYN

REFERENCIAS

Pruebe ALLEVYN[®] LIFE, un día más

Quizás conozca a pacientes en los que sería útil **mantener el apósito un poco más de tiempo**¹ con **un excelente control del exudado**³, pacientes activos a los que no tendría que ver tan a menudo. Ellos podrán beneficiarse del enfoque de **ALLEVYN[®] LIFE un día más**.

¿Qué es el enfoque de un día más?

Los cambios frecuentes de apósitos **pueden provocar interrupciones innecesarias** a los profesionales de enfermería y a sus pacientes. ¿No sería mejor hacer menos cambios mientras la herida sigue curándose y promoviendo el confort del paciente??

Identifique a los **pacientes activos que se beneficiarían de mayor tiempo de uso del apósito** y que no necesite ver tan a menudo:



ESTILO DE VIDA
ACTIVO



EXUDADO ESCASO A
MODERADO



INVOLUCRADO EN
SU AUTOCUIDADO



VOLVER A SU VIDA
NORMAL

Muéstreles la información de **“un día más”** y explíqueles los beneficios que obtendrán al prolongar un día más los cambios del apósito. Un día más puede hacer la diferencia.

Pruebe un día más y vea cómo puede cambiar más, cambiando menos.



En los pacientes que pueden beneficiarse de **ALLEVYN[®] LIFE**, los apósitos pueden usarse casi el doble del tiempo que los apósitos convencionales¹.



La gama ALLEVYN[®]

Código	Descripción	Un.
ALLEVYN[®] LIFE		
66801067	10,3 cm x 10,3 cm	10
66801068	12,9 cm x 12,9 cm	10
66801069	15,4 cm x 15,4 cm	10
66801070	21 cm x 21 cm	10
ALLEVYN[®] LIFE HEEL		
66801304	25 cm x 25,2 cm	5
ALLEVYN[®] LIFE SACRUM		
66801306	17,2 cm x 17,5 cm	10
66801307	21,6 cm x 23 cm	10
ALLEVYN[®] ADHESIVE		
66000043	7,5 cm x 7,5 cm	10
66000599	10 cm x 10 cm	10
66000044	12,5 cm x 12,5 cm	10
66000045	17,5 cm x 17,5 cm	10
66000046	22,5 cm x 22,5 cm	10
ALLEVYN[®] GENTLE		
66802128	5 cm x 5 cm	10
66802129	10 cm x 10 cm	10
66802130	10 cm x 20 cm	10
66802131	15 cm x 15 cm	10
66802132	20 cm x 20 cm	10
66802133	20 cm x 50 cm	2
ALLEVYN[®] HEEL		
66007630	10,5 cm x 13,5 cm	5

Código	Descripción	Un.
ALLEVYN[®] GENTLE BORDER		
66800269	7,5 cm x 7,5 cm	10
66800270	10 cm x 10 cm	10
66800272	12,5 cm x 12,5 cm	10
66800975	15 cm x 15 cm	10
66800273	17,5 cm x 17,5 cm	10
66800900	10 cm x 20 cm	10
66800264	10 cm x 25 cm	10
66800265	10 cm x 30 cm	10
ALLEVYN[®] GENTLE BORDER LITE		
66800833	5 cm x 5 cm	10
66800834	7,5 cm x 7,5 cm	10
66801012	10 cm x 20 cm	10
66801013	8,6 cm x 7,7 cm Oval	10
66800835	10 cm x 10 cm	10
66800836	5,5 cm x 12 cm	10
66800837	8 cm x 15 cm	10
66800840	15 cm x 15 cm	10

Productos financiados por el S.N.S.

Código S+N	Código Nacional	Descripción	Unidades
ALLEVYN[®] LIFE			
66801742	473025.8	15,4 cm x 15,4 cm	3
66801743	491845.8	21 cm x 21 cm	3
ALLEVYN[®] ADHESIVE			
66000349	483313.3	12,5 cm x 12,5 cm	3
66000777	491837.3	15 cm x 15 cm	3
ALLEVYN[®] GENTLE			
66802140	478578.4	10 cm x 10 cm	3
66802141	491852.6	15 cm x 15 cm	3

Código	Descripción	Un.
ALLEVYN[®] NON ADHESIVE		
66007637	10 cm x 10 cm	10
66007638	20 cm x 20 cm	10
66007335	10 cm x 20 cm	10
66000093	15 cm x 15 cm	10
ALLEVYN[®] GENTLE BORDER HEEL		
66800506	23 cm x 23,2 cm	5
ALLEVYN[®] GENTLE BORDER SACRUM		
66801031	21,6 cm x 23 cm	10
66800898	16,8 cm x 17,1 cm	10
ALLEVYN[®] SACRUM		
66000451	22 cm x 22 cm	10
66000700	17 cm x 17 cm	10
ALLEVYN[®] TRACHEOSTOMY		
66007640	9 cm x 9 cm	10
ALLEVYN[®] AG HEEL		
66800098	10,5 cm x 13,5 cm	5

Código	Descripción	Un.
ALLEVYN[®] AG ADHESIVE		
66800072	7,5 cm x 7,5 cm	10
66800074	10 cm x 10 cm	10
66800076	12,5 cm x 12,5 cm	10
66800080	17,5 cm x 17,5 cm	10
ALLEVYN[®] AG GENTLE BORDER		
66800436	7,5 cm x 7,5 cm	10
66800437	10 cm x 10 cm	10
66800438	12,5 cm x 12,5 cm	10
66800439	17,5 cm x 17,5 cm	10
ALLEVYN[®] AG NON-ADHESIVE		
66800084	10 cm x 10 cm	10
66800087	15 cm x 15 cm	10
66800090	20 cm x 20 cm	10
ALLEVYN[®] AG SACRUM		
66800092	17 cm x 17 cm	10
66800095	22 cm x 22 cm	10

Código S+N	Código Nacional	Descripción	Unidades
ALLEVYN[®] GENTLE BORDER LITE			
66801888	477059.9	Oval Small 8,6 cm x 7,7 cm	3
66801887	477067.4	10 cm x 20 cm	3
ALLEVYN[®] HEEL			
66000695 SOE	488494.4	10 cm x 10 cm (x2)	3
ALLEVYN[®] NON ADHESIVE			
66000352	483297.6	10 cm x 10 cm	3
66000353	483305.8	15 cm x 15 cm	3
ALLEVYN[®] SACRUM			
66000694	489468.4	17 cm x 17 cm	3



Advanced Wound Management
Smith & Nephew S.A.U,
Fructuós Gelabert, 2-4
08970 Sant Joan Despí, Barcelona
T +34 902 30 31 60
T +34 902 30 31 70

www.smith-nephew.com

♦ Marca registrada de Smith+Nephew

Todas las marcas registradas están reconocidas

© Mayo 2023 Smith+Nephew

AWM-AWC-22743-es V2 ALLEVYN Interactive Detail Aid

Para obtener información detallada del producto, incluyendo las indicaciones de uso, contraindicaciones, precauciones y advertencias, consulte las Instrucciones de uso correspondientes antes de usar el producto.

REFERENCIAS para las páginas 01 a 06: **1.** Guest JF, Vowden K, Vowden P. The health economic burden that acute and chronic wounds impose on an average clinical commissioning group/health board in the UK. *J Wound Care.* 2017 Jun 2;26(6):292-303. **2.** Smith & Nephew Wound Management Clinical Report UKI-CP-PDTK-2013-DCF/RFC-1-5-14 May 2014. In-practice dressing change frequencies and reason for dressing change 2013 Community Practice Development Tool Kit (PDTK) survey data analysis. **3.** Joy H, Bielby A, Searle R. A collaborative project to enhance efficiency through dressing change practice. *Journal of wound care.* 2015;24(7):312, 314-317. **4.** UK Demand Model v3 Smith and Nephew. Asset number 47314. **5.** Guest JF, Ayoub N, McIlwraith T, et al. Health economic burden that wounds impose on the National Health Service in the UKBMJ Open 2015;5:e009283. **6.** Guest JF, Ayoub N, McIlwraith T et al. Health economic burden that different wound types impose on the UK's National Health Service: Annual NHS cost of managing different wound types in the UK. *International Wound Journal.* 2016; 14. 10.1111/ivwj.12603. **7.** New research finds UK nurses carry out 180 wound dressing changes a year – on each chronic wound patient. *Wounds UK.* www.wounds-uk.com/news/details/new-research-finds-uk-nurses-carry-out-180-wound-dressing-changes-a-year-on-each-chronic-wound-patient-. Published 2018. Accessed January 8, 2020. **8.** Lindholm C, Searle R. Wound management for the 21st century: combining effectiveness and efficiency. *Int. Wound J.* 13, 5–15 (2016).

REFERENCIAS para las páginas 07 a 16: **1.** Joy H, Bielby A, Searle R. A collaborative project to enhance efficiency through dressing change practice. *Journal of wound care.* 2015;24(7):312, 314-317. n=37; when used with appropriate training, education and promotion of practice change. **2.** Simon D, Biel A. A structured collaborative approach to appraise the clinical performance of a new product. *Wounds UK.* 2014;10(3):80-87. **3.** Smith & Nephew May 2016 2016. New ALLEVYN Life Gen2 wcl - Physical Testing. Internal Report. DS/15/025/R. **4.** Viamontes L, Jones, A.M., Evaluation study of the properties of two adhesive foam dressings. *British Journal of Nursing (Tissue Viability Supplement).* 2003;12(11):S43-S49. **5.** Stephen-Haynes J, Bielby A, Searle R. The clinical performance of a silicone foam in an NHS community trust. *Journal of Community Nursing.* 2013;27(5):50-59. **6.** Smith & Nephew February 2016 2016. Subjective comparison of masking ability of the New ALLEVYN LIFE versus Current ALLEVYN LIFE by Healthcare Professionals. Internal Report. DS/16/061/R. **7.** Smith & Nephew 14 June 2012. Odour reducing properties of ALLEVYN Life. Internal Report. DS/12/127/DOF. **8.** Rossington A, Drysdale, K, and Winter R. Clinical performance and positive impact on patient wellbeing of ALLEVYN Life. *Wounds UK.* 2013;9(4):91-95. **9.** Smith & Nephew 20 June 2016. A Randomised Cross-Over Clinical Evaluation to Compare Performance of ALLEVYN™ Life and Mepilex® Border Dressings on Patient Wellbeing-Related Endpoints. Internal Report. CE/047/ALF. **10.** Hurd T, Gregory L, Jones A, Brown S. A multi-centre in-market evaluation of ALLEVYN Gentle Border. *Wounds UK.* 2009;5(3):32-44. **11.** Smith & Nephew 2016. ALLEVYN Gentle Border Heel Gen 2 - physical evaluation. Internal Report. DS/16/465/R. **12.** Smith & Nephew 2017. ALLEVYN Gentle Border Gen 2 - Physical Evaluation. Internal Report. DS/16/424/R V3. **13.** Rafter L, Reynolds T, Rafter M. An audit of patient outcomes in the management of skin tears using silicone dressings. *Wounds UK.* 2016;12(2):70-78. **14.** Smith & Nephew 2017. An open, prospective, randomised, comparative volunteer trial to compare the performance of silicone adhesive dressings. Internal Report. GMCA-DOF-10. **15.** Smith & Nephew 2017. An open, prospective, randomised, comparative study to compare the performance of ALLEVYN Gentle Border Multisite with an alternative silicone adhesive dressing. Internal Report. GMCA-DOF-09. **16.** Grothier L. Gentle foam dressings: interim results of an evaluation of the Allevyn range. *British journal of nursing* 2009;18(11):S12, S14, S16 passim. **17.** Callaghan R, Chadwick P, Mahoney K, Stephen-Haynes J. Case series evaluation: The use of Allevyn gentle border multisite on chronic wounds. *Wounds UK.* 2012;8(4):110-118. **18.** Smith & Nephew 2016. Product Performance of Next Generation ALLEVYN Life (HVT080). Internal Report. GMCA-DOF/08. **19.** Krönert GT, Roth H, and Searle R. Efficiency in wound care: The impact of introducing a new foam dressing in community practice. *EWMA Journal.* 2016;16(2):7-12. **20.** Vowden K, Molemen N, Drysdale K, Mistry C. An open, prospective randomised, multi-centre clinical evaluation of a hydrocellular silicone foam dressing* in the management of exuding chronic and acute wounds. Paper presented at: EWMA; 2011; Brussels. **21.** Matsumura H, Imai R, Ahmatjan N, et al. Removal of adhesive wound dressing and its effects on the stratum corneum of the skin: comparison of eight different adhesive wound dressings. *Int Wound J.* 2014;11(1):50-54. **22.** Smith & Nephew 2012. Simulated Wound Model Testing of ALLEVYN LIFE and Mepilex Border. Internal Report. DS/12/130/DOF. **23.** Smith & Nephew, February 2016. New ALLEVYN LIFE Pad Perforation Size. Internal Report. DS/16/062/R. **24.** Smith & Nephew 2008. ALLEVYN Gentle Border dressings assessment in terms of retention on thighs - HVT046. Internal Report. GMCA-DOF/04. **25.** Smith & Nephew 2007. Bacterial Barrier Testing (wet-wet) on samples of ALLEVYN Gentle, ALLEVYN Gentle Border and competitor dressings with a 7 day test duration against *S. marcescens*. Internal Report. 0712089.



El modo de acción de ALLEVYN[®] LIFE

Con su forma única multilobular, bordes anchos y cinco capas flexibles, **ALLEVYN[®] LIFE** está diseñado para ayudar a los pacientes a **volver a su vida normal**.^{3,8}

1

La capa de contacto con adhesivo de silicona suave proporciona un **equilibrio óptimo entre adhesión y suavidad**^{1,8,18,19}. Permite levantar y recolocar el apósito al aplicarlo⁵ y **reducir el dolor al mínimo en los cambios de apósito**⁸. Los orificios permiten el paso del exudado hacia la capa de espuma².

2

La capa de espuma **absorbe rápidamente el exudado** en dirección vertical y lo transfiere lejos de la herida y la piel periferia^{6,8,10}.

5

La capa exterior transpirable permite la evaporación²³ del fluido, con lo que se **reduce al mínimo el volumen de fluido en el apósito**. También aporta humedad y actúa como barrera bacteriana.

4

La capa **EXUMASK[®]** enmascara de forma efectiva el exudado absorbido^{3,4,22}. Funciona también como un indicador de cuándo hay que cambiar el apósito y así **reducir al mínimo los cambios clínicamente innecesarios**⁴.

3

La capa súper absorbente de bloqueo con **tecnología EXULOCK[®]** absorbe el exudado y lo distribuye hacia los lados del apósito, aprovechando toda su superficie. **Bloquea el exudado para ayudar a evitar las fugas**^{6,8,20,21}.



El modo de acción de ALLEVYN[®] GENTLE BORDER

ALLEVYN[®] GENTLE BORDER es un apósito adaptable y pone en primer lugar el bienestar de sus pacientes, **diseñado para funcionar en cuerpos reales y heridas reales.**

1

La capa de contacto con adhesivo suave de silicona ayuda en la aplicación del apósito^{10,16,17} y es **adecuada para la piel frágil**¹³. El apósito puede recolocarse²⁴ y, gracias a sus bordes, **se mantiene aplicado**^{14,15}.

2

El exudado penetra en la **capa de espuma hidrocélular** a través de los orificios de la capa de silicona en contacto con la herida.

3

La capa de espuma **absorbe el exudado**^{11,12} y lo transfiere hacia la capa superior lejos de la herida.

4

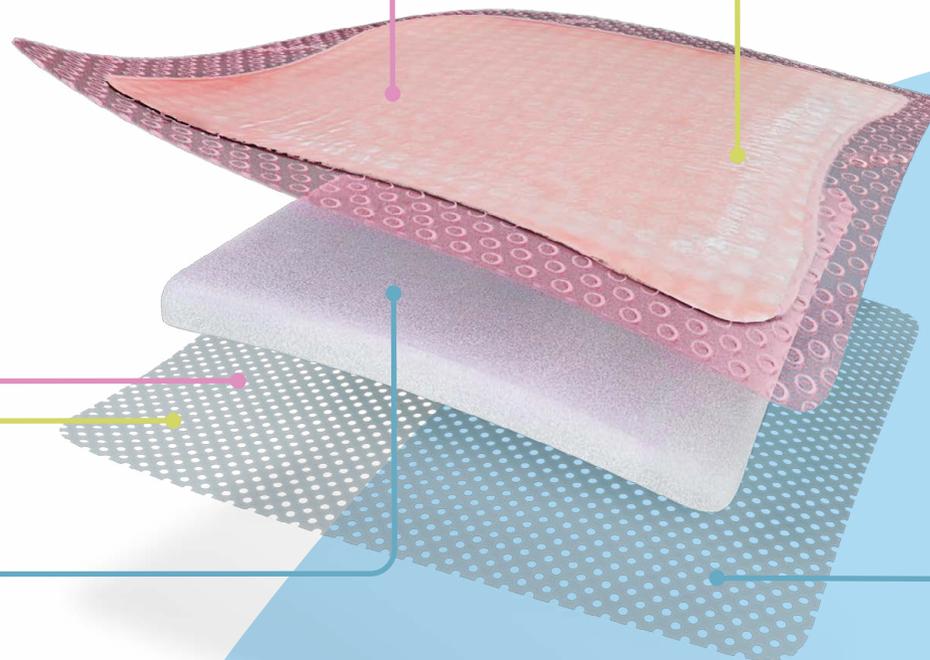
La capa superior transpirable^{11,12} permite la evaporación del fluido para ayudar al **control del exudado**. Es una **barrera bacteriana**²⁵ que protege de la contaminación. Es impermeable¹⁴, por lo que el paciente puede **ducharse con el apósito colocado**.

5

Se adapta fácilmente a los contornos del cuerpo y es **muy adaptable**¹⁰⁻¹³, incluso en zonas difíciles como los dedos de las manos y los pies.

6

La capa con adhesivo suave de silicona **reduce al mínimo el dolor** cuando se retira^{10,20}.



Pruebe ALLEVYN^o LIFE, un día más

Quizás conozca a pacientes en los que sería útil **mantener el apósito un poco más de tiempo**¹ con **un excelente control del exudado**³, pacientes activos a los que no tendría que ver tan a menudo. Ellos podrán beneficiarse del enfoque de **ALLEVYN^o LIFE un día más**.

¿Qué es el enfoque de un día más?

Los cambios frecuentes de apósitos **pueden provocar interrupciones innecesarias** a los profesionales de enfermería y a sus pacientes. ¿No sería mejor hacer menos cambios mientras la herida sigue curándose y promoviendo el confort del paciente??

Identifique a los **pacientes activos que se beneficiarían de mayor tiempo de uso del apósito** y que no necesite ver tan a menudo:



ESTILO DE VIDA
ACTIVO



EXUDADO ESCASO A
MODERADO



INVOLUCRADO EN
SU AUTOCUIDADO



VOLVER A SU VIDA
NORMAL

Muéstreles la información de **“un día más”** y explíqueles los beneficios que obtendrán al prolongar un día más los cambios del apósito. Un día más puede hacer la diferencia.



Clique aquí para saber más sobre
el modo de acción ALLEVYN^o LIFE

Pruebe un día más y vea
cómo puede cambiar más,
cambiando menos.