



A male athlete with dark hair and a beard is shown from the chest up. He is wearing a black Nike tank top with red and blue accents. The word 'KIN' is partially visible on the left side of his chest, and 'KITNESS' with the tagline 'REHABILITACION Y PREVENCION DEPORTIVA' is on the right. He is smiling and looking down, with his hands clasped near his waist. The background is a light blue wall.

GUÍA PARA PACIENTES

KITNESS 2026

www.kitness.cl | contacto@kitness.cl | +(569) 7 896 6365
Del Inca 5920, tercer piso. Las Condes

KITNESS

¡TE DAMOS LA BIENVENIDA!

¡Gracias por confiar en Kitness!

Somos un centro de salud que busca entregar atención de excelencia en Kinesiología, Nutrición y Entrenamiento. Para lograrlo, contamos con un equipo multidisciplinario y especializado que te acompañará de manera personalizada en la consecución de tus metas y objetivos.

Misión

Brindar atención de la más alta calidad en Kinesiología, Nutrición y Entrenamiento, con el fin de ayudarte a recuperar, mantener o mejorar tu condición de salud, rendimiento y calidad de vida.

Visión

Buscamos ser referentes en atención personalizada, reconocidos por la calidad profesional y enfoque cercano. Promoviendo un estado de bienestar sostenible para quienes confían en nosotros.



NUESTRO SELLO

Como equipo buscamos reflejar las siguientes características día a día en nuestra manera de trabajar: Nos basamos en una **rigurosa** evaluación de tu condición de salud, para generar un **análisis** certero y establecer un plan de tratamiento eficaz y acorde a tus metas. Entregamos atención personalizada y **cercana** que apunta a resolver permanentemente tus inquietudes de forma oportuna.

Al iniciar tu tratamiento en Kitness, asumimos la **responsabilidad** de hacernos cargo de tus sensaciones en relación a tu salud, y de explicarte constantemente el funcionamiento de tu cuerpo. ¡Por lo mismo puedes tener la seguridad y **confianza** de hacernos partícipes de tus avances, preocupaciones y logros!

Rigurosidad

Análisis

Responsabilidad

Carcanía

Confianza



KINESIOLOGÍA

Ofrecemos terapia kinésica integral y personalizada, durante la cual planificamos un tratamiento específico y enfocado en dar solución definitiva a las disfunciones biomecánicas o de control motor que pueden estar relacionadas con tu lesión o molestia en el menor tiempo posible. Te enseñaremos cómo se mueve tu cuerpo y a entender las causas de tu lesión, de tal forma de hacerte partícipe de tu recuperación y que puedas aplicar los conceptos aprendidos en tus entrenamientos o vida cotidiana. Somos una solución efectiva y no quirúrgica que incluye los siguientes servicios: Rehabilitación y terapia física, reintegro deportivo, rehabilitación post-quirúrgica, terapia manual ortopédica, masoterapia, punción seca, vendaje funcional o K-Tape.

VALORES:

Evaluación Kinésica: \$30.000

Sesión unitaria: \$38.000

Pack 5 sesiones: \$180.000

Valor referencial: \$36.000 por sesión

Pack 10 sesiones: \$340.000

Valor referencial: \$34.000 por sesión.



ENTRENAMIENTO

¡Previene lesiones y mejora tu rendimiento! Kitness ofrece evaluaciones funcionales relacionadas con tu deporte o actividad, a través de las cuales identificamos disfunciones biomecánicas o de control motor que potencialmente pueden llevar a desgarros, sobrecargas musculares persistentes en el tiempo, tendinopatías, esguinces recidivantes, u otras lesiones que afectan el rendimiento deportivo y las actividades de la vida diaria. Una vez llevada a cabo la evaluación, diseñamos planes de entrenamiento acorde a las disfunciones encontradas y a los objetivos de cada persona.

Puedes optar por planes de entrenamiento 1, 2 o 3 veces a la semana.

VALORES:

Entrenamiento Personalizado:

Frecuencia Semanal	Valor Mensual
1 vez a la semana	\$120.000 (\$30.000 por sesión)
2 veces a la semana	\$224.000 (\$28.000 por sesión)
3 veces a la semana	\$312.000 (\$26.000 por sesión)



RECOVERY

En Kitness ofrecemos un servicio de recuperación orientado a aliviar la tensión del día a día, y a reducir el dolor o sobrecarga muscular producto de un entrenamiento o competencia intensa. Un aspecto clave del rendimiento deportivo: estar listo para tu próximo desafío en el menor tiempo posible. Realizaremos distintas técnicas enfocadas en optimizar tu recuperación: Tales como educación respecto a tu deporte, factores alimenticios y sueño, estiramientos dinámicos y estáticos, masoterapia y botas de compresión. Nuestras técnicas de masoterapia buscan lograr un efecto de relajación muscular, aumento de flujo sanguíneo y oxigenación del tejido. Podemos adaptar el tipo de técnica hacia lo que necesites: relajación, masaje deportivo, masaje de recuperación o drenaje linfático.

VALORES:

Masoterapia: \$35.000

Duración: 50 minutos.

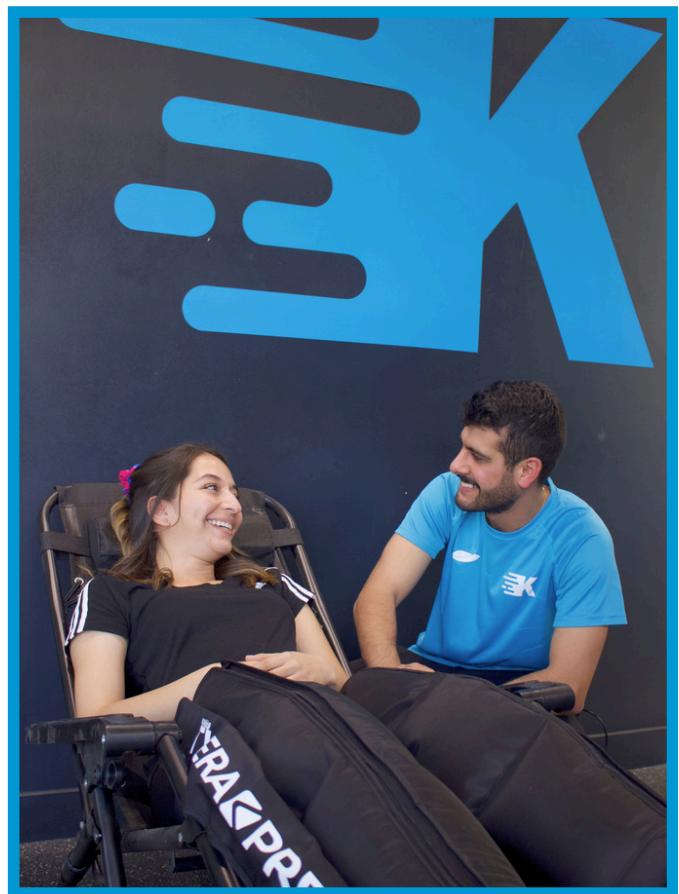
Botas de Compresión: \$20.000

Duración: 20 minutos.

Masoterapia + Botas de Compresión:

\$45.000

Duración: 1 hora.



CONSULTA NUTRICIONAL

Queremos que estés mejor, y la alimentación juega un rol fundamental. Nuestra nutricionista te realizará una evaluación para recolectar datos personales, hábitos y tendencias de consumo, gustos y actividad deportiva. A través del protocolo ISAK medirá y calculará tu composición corporal para conocer tu estado actual. En base a toda esta información, generaremos un plan de alimentación individualizado según tus objetivos y adaptado a tu rutina cotidiana. Queremos que adquieras los conocimientos que te permitan alimentarte de forma saludable, para lo cual haremos un seguimiento continuo de tus resultados.

VALORES:

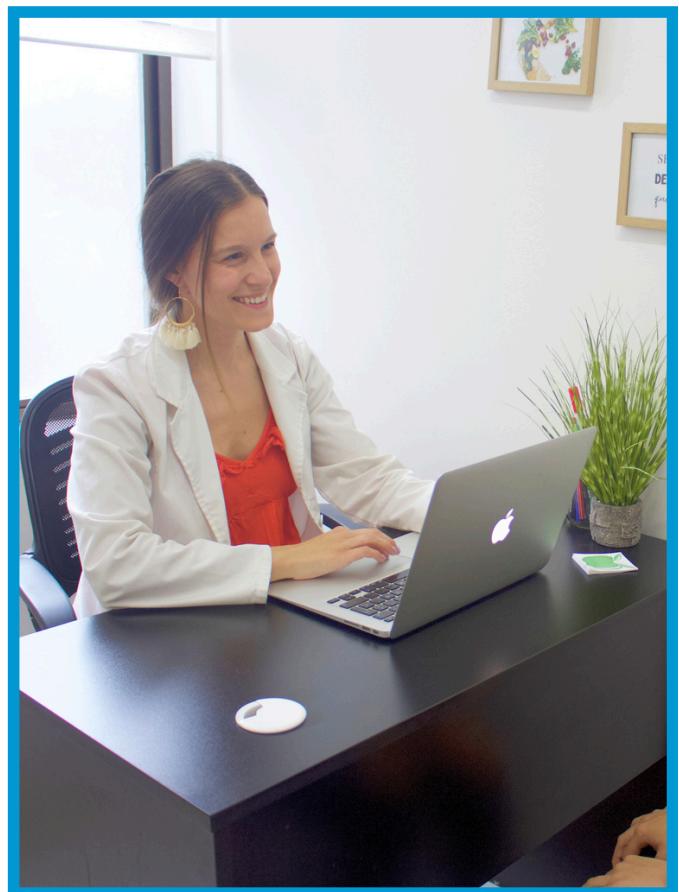
Evaluación Nutricional: \$40.000

Control Nutricional: \$35.000

**Evaluación Composición Corporal:
\$25.000**

**Pack Nutrición:
\$100.000**

Incluye Evaluación + 2 controles



RECOMENDACIONES

1-. VESTIMENTA IDEAL:

Si vas asistir a Kinesiología, Entrenamiento o Nutrición, te pedimos que vengas con ropa cómoda (polera y short) para facilitar el proceso evaluativo, tratamiento y ejecución de ejercicios. También te solicitamos que asistas con toalla de mano. Si lo necesitas, puedes traer todo en un bolso y te cambias en Kitness.

2-. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES:

- Salidas de emergencia: Por favor visualiza las salidas de emergencia y las señaléticas de evacuación y extintor que tenemos en caso de emergencias.
- Evita utilizar implementos sin supervisión: En Kitness contamos con máquinas y artefactos muy pesados, por lo cual te pedimos que no los utilices sin la compañía o indicación de tu tratante.
- Comunícate con tu tratante: Estamos para ayudarte. Ante cualquier cosa que necesites, no dudes en comunicárnoslo.
- Mantengamos el orden: No dejes objetos en pasillos o entradas al baño o box de atención.

3-. OBJETOS DE VALOR:

Siempre mantén tus cosas ordenadas y déjalas donde nuestro personal te lo indique.

4-. HIGIENE:

Te sugerimos realizar constantemente lavado de manos con abundante agua y jabón. Nuestros profesionales hacen lo mismo constantemente para cuidarnos entre tod@s

NORMAS GENERALES

1-. CONSUMO DE ALCOHOL Y CIGARRILLO:

Por disposición de la autoridad sanitaria, está prohibido el consumo de tabaco y alcohol en las dependencias de Kitness.

2-. ALIMENTACIÓN:

Con el fin de optimizar el tiempo de tu atención, no está permitido consumir alimentos. Por lo tanto te sugerimos planificar tu alimentación para antes o después de tu consulta en Kitness. Se realiza excepción en caso de pacientes que requieran alimentarse durante la atención por indicación médica. Sí está permitido el consumo de agua: puedes traer tu propia botella, y también disponemos de dispensadores de hidratación.

3-. ACOMPAÑANTES:

Sugerimos asistir sin acompañantes, a excepción de pacientes menores de 18 años o que requieran de asistencia especial.

4-. REAGENDAMIENTO O ANULACIÓN DE CITAS:

Para nosotros el tiempo de nuestros pacientes es primordial. Por lo mismo, hemos establecido las siguientes condiciones de reagendamiento y anulación de citas en caso de que no puedas asistir:

- Todo paciente con un plan de atención vigente y con su siguiente control o sesión agendada, debe dar aviso de que no podrá asistir con al menos 24 horas de anticipación para tener derecho a recuperar su cita.
- Se admite solo una recuperación de atención en caso de que se de aviso con menos de 24 horas de anticipación. Si vuelve a ocurrir, esta se dará por tomada y pagada.
- Los planes de entrenamiento no tienen posibilidad de recuperación.

NORMAS GENERALES

5-. TIEMPOS DE ESPERA:

Con el fin de respetar tu tiempo y el de los demás, debes tener en cuenta que en caso de atrasos, tu sesión será más corta de lo habitual.

6-. DEVOLUCIONES:

En caso de que necesites la devolución de tu dinero por atenciones no realizadas, te pedimos tener en cuenta lo siguiente:

- No hay devolución de dinero por atenciones realizadas.
- Si tienes contratado un plan de tratamiento y deseas la devolución, debes hacer la solicitud con al menos 24 horas de anticipación de tu siguiente atención, para que esta no se de por tomada.
- Si solicitas la devolución de un pack de Kinesiología, se te realizará el reembolso de las sesiones que queden, **descontando el valor de la evaluación y el valor unitario** de cada sesión efectivamente realizada.
- Cuentas con un plazo de 6 meses desde que contrataste el plan, para solicitar tu reembolso.

7-. CONVENIOS:

En Kitness contamos con una red de beneficios y convenios con precios preferenciales a los que puedes acceder. En relación a ellos, por favor ten en cuenta lo siguiente:

- Convenio FONASA:
 - Es responsabilidad de cada paciente agendar su cita con aquellos profesionales con convenio FONASA. Esto lo puedes realizar a través de nuestro link de agendamiento en línea, seleccionando KINESIOLOGÍA FONASA.

NORMAS GENERALES

- Ten en cuenta que nuestro modelo de atención con bono FONASA es semipersonalizado. Es decir, un kinesiólogo estará con un máximo de 2 pacientes al mismo tiempo. Hemos tomado todas las medidas necesarias para que aún así recibas atención de primer nivel y enfocada en tus objetivos.
 - En caso de que requieras atención 100% personalizada, debes cancelar el valor particular de Kinesiología.
 - Los aranceles FONASA son establecidos por dicho organismo y no están sujetos a descuento. Sin embargo, si cuentas con seguro complementario, puedes utilizarlo como beneficio adicional reembolsando directamente o a través de IMED.
-
- Convenios con Clubes u otras entidades:
 - Es responsabilidad de cada paciente solicitar el descuento correspondiente a su convenio. Para esto debes demostrar mediante boleta o contrato que perteneces a alguna de las entidades con valores preferenciales en Kitness.
 - Ten en cuenta que nuestro modelo de atención para convenios es semipersonalizado. Es decir, un kinesiólogo estará con un máximo de 2 pacientes al mismo tiempo. Hemos tomado todas las medidas necesarias para que aún así recibas atención de primer nivel y enfocada en tus objetivos.
 - Es posible que como parte del convenio, te solicitemos subir una historia a RRSS etiquetando a @kitnesschile.
 - Todos los descuentos ligados a convenios son aplicados sobre el valor unitario de nuestros servicios.
 - Sobre el valor a pagar, aplica el reembolso con Isapre y/o seguro complementario según corresponda.

NORMAS GENERALES

8-. DOCENCIA UNIVERSITARIA:

En Kitness buscamos ser un aporte en la formación de futuros colegas, por lo tanto te comentamos que es posible que veas estudiantes de 5to año de la carrera de Kinesiología de la Universidad del Desarrollo, Universidad San Sebastián y Universidad Diego Portales. Ellos nos acompañarán durante tu tratamiento, salvo que nos expreses lo contrario.

9-. RESPETO Y CONVIVENCIA:

En Kitness estamos para ayudarte, y buscamos que en todo momento tengas la mejor experiencia posible. Por lo mismo te pedimos tu colaboración para mantener un ambiente grato y saludable para profesionales de la salud y los demás pacientes.

10-. HORARIO Y COMUNICACIÓN:

Estamos disponibles en el Whatsapp de Kitness para resolver todas tus consultas administrativas, de lunes a viernes de 8:00 a 20:00 hrs, y los sábados de 9:00 a 13:00 hrs.

Además, nuestro compromiso está en brindarte una atención cercana y de la más alta calidad. Si tienes preguntas relacionadas con tu tratamiento, por favor no dudes en escribirle directamente a tu profesional a cargo durante el horario hábil de lunes a viernes de 8:00 a 18:00 hrs.

RECLAMOS Y FELICITACIONES

Puedes realizar reclamos y felicitaciones a través de todos nuestros canales de atención:

- www.kitness.cl
- +569 9 4146503 / +569 8 4198850 / +569 7 8966365
- contacto@kitness.cl
- Instagram: @kitnesschile

Si quedaste muy conforme con nuestra atención, te agradecemos mucho dejar tu testimonio en cualquiera de dichas plataformas o una [reseña en Google](#).



A photograph showing a man and a woman in a gym setting. They are both wearing blue t-shirts and have their arms raised above their heads. The man is in the foreground, facing right, while the woman is slightly behind him, facing forward. In the background, there's a large blue wall with the word 'REK' partially visible. A small sign on the wall reads 'GIMNASIO TERAPÉUTICO MARIO PUMARINO R.'. The floor is made of light-colored wood.

¡QUEREMOS
ACOMPAÑARTE
EN TU BIENESTAR!

**KITNESS
2026**

www.kitness.cl | contacto@kitness.cl | +(569) 7 896 6365
Del Inca 5920, tercer piso. Las Condes

KITNESS