



**Universidad Miguel Hernández de Elche**

**Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de Elche**

**Grado en comunicación Audiovisual y periodismo**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

**Periodismo**

**23/24**

**Título:**

**Hipoterapia, el arma ucraniana para recuperar a sus excombatientes**

Hippotherapy, the Ukrainian weapon to recover its ex-combatants

**Tipo de trabajo:**

**Investigación profesional**

**ALUMNO/A:**

**Alexander Martínez Espinosa**

**TUTOR:**

**Jesús Mula Grau**

**RESUMEN:**

“Riding in to the future” es una iniciativa que utiliza la hipoterapia para rehabilitar a militares ucranianos heridos en la guerra con Rusia. En un pueblo cerca de Leópolis, Alexandra Khandogina y voluntarios organizan actividades de hipoterapia cada fin de semana. Esta terapia, basada en el movimiento de los caballos, ayuda a tratar el estrés post-traumático y mejora tanto el estado físico como mental de los pacientes, incluidos aquellos que han perdido extremidades. Hasta ahora, unos 80 veteranos han participado. Alexandra coordina el proyecto junto con Nataalka Sonechko, de la asociación Doloni Dotyk.

**PALABRAS CLAVE:** [Soldados, Ucrania, Rusia, Guerra, Hipoterapia, Caballo]

**ABSTRACT:**

‘Riding in to the future’ is an initiative that uses hippotherapy to rehabilitate Ukrainian servicemen wounded in the war with Russia. In a village near Lviv, Alexandra Khandogina and volunteers organise hippotherapy activities every weekend. This therapy, based on the movement of horses, helps treat post-traumatic stress and improves both the physical and mental state of patients, including those who have lost limbs. So far, some 80 veterans have participated. Alexandra coordinates the project together with Nataalka Sonechko from the Doloni Dotyk association.

**KEY WORDS:** [Soldiers, Ukraine, Russia, War, Hippotherapy, Horse].

## Índice

<b>1. Introducción y justificación del reportaje</b>	<b>3</b>
<b>2. Material y método de trabajo</b>	<b>4</b>
2.1. Cronograma de trabajo y pasos seguidos en la elaboración del reportaje	4
2.2 Dificultades en el proceso de investigación	5
2.3 Fuentes propias y estructura	6
2.4 Campaña en redes sociales	7
<b>3. Contenido del reportaje publicado</b>	<b>8</b>
<b>4. Interpretación derivada de la investigación</b>	<b>19</b>
<b>5. Bibliografía y fuentes documentales</b>	<b>20</b>
<b>6. Materiales e infraestructura utilizada</b>	<b>23</b>
<b>7. Anteproyecto</b>	<b>25</b>
7.1 Definición de la temática, el enfoque y justificación de su valor noticioso.	25
7.2 Presentación de los objetivos de la investigación y de las principales hipótesis.	25
7.3 Cronograma de trabajo	26
7.4 Relación de documentación recabada sobre el asunto	26
7.5 Selección, presentación y justificación de las fuentes propias y documentales que aparecerán en el reportaje. Deben estar confirmadas.	27
<b>8. Presentación del autor y breve currículum</b>	<b>28</b>
<b>ANEXO 1: Galería de imágenes</b>	<b>29</b>

## **1. Introducción y justificación del reportaje**

En medio de la guerra silenciosa que ha persistido durante más de siete años, el presidente ruso, Vladimir Putin, tomó una decisión crucial en febrero de 2022: intensificar el conflicto ruso-ucraniano. A lo largo de tres años, los enfrentamientos en el frente de batalla han sido constantes, sin que ninguno de los bandos logre una victoria clara. La cruda realidad de esta guerra entre Rusia y Ucrania se manifiesta en el aumento de familias desplazadas y la creciente cifra de bajas en ambos lados. Los recursos de ambos países se agotan inexorablemente.

Este reportaje, fruto de semanas de trabajo de campo, tiene como objetivo mostrar al mundo cómo la sociedad ucraniana busca alternativas para rehabilitar a sus combatientes y, en algunos casos, reintegrarlos al frente de batalla. Nos adentraremos en el proyecto “Cabalgando hacia el futuro”, que opera en Sukhodil, un pequeño pueblo cercano a la ciudad de Lviv. Allí, a través de sesiones de hipoterapia, se trabaja en la recuperación física y mental de los soldados ucranianos heridos en combate.

Las sesiones de hipoterapia, protagonizadas por un pequeño grupo de personas, se revelan como un camino de esperanza. Los testimonios de los propios soldados nos permitirán comprender cómo enfrentan sus traumas y luchan por seguir adelante. Además, conoceremos la perspectiva de la fundadora del proyecto, su conexión con los animales y cómo la hipoterapia se convierte en un puente hacia la recuperación. Una voluntaria y estudiante de psicoterapia también compartirá su visión sobre los beneficios de esta terapia tanto para los soldados como para los caballos involucrados.

En resumen, este reportaje nos sumerge en una realidad compleja y humana, donde la terapia equina se convierte en un faro de esperanza en medio de la oscuridad de la guerra.



## 2. Material y método de trabajo

### 2.1. Cronograma de trabajo y pasos seguidos en la elaboración del reportaje

Siguiendo los hilos del tiempo, tracé un mapa de los meses en los que tejí cada parte de este proyecto, con una aproximación meticulosa. Sin embargo, quiero destacar que el trabajo de campo se desplegó antes de esos meses, en un viaje a Ucrania, donde recopilé los fragmentos de información necesarios para elaborar este reportaje.

Tareas	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Documentación	X							
Definición TFG		X						
Entrevistas	*	*	*	*	*	*	*	*
Maquetación de fotos					X	X	X	
Publicación								X
Entrega								X

**\*Las entrevistas se realizaron durante el trabajo de campo realizado en Ucrania meses anteriores a la elaboración del TFG**

### 2.2 Dificultades en el proceso de investigación

Aunque las principales dificultades que encontramos durante el proceso de elaboración de este reportaje fueron complejas y variadas, no nos disuadieron en nuestro empeño por realizar un buen trabajo de campo en Ucrania.

Nuestros primeros desafíos surgieron con el desplazamiento. Se trataba de nuestra primera incursión en un país en guerra. Además, solo disponíamos de contactos que no conocíamos en persona y que habíamos hecho antes de ir al país. En ese sentido tuvimos mucha suerte porque de otro modo habríamos quedado completamente a la deriva en cuanto a temas.

El idioma también se convirtió en un obstáculo. Aunque manejábamos bien el inglés, muchos ucranianos solo hablaban su lengua materna. En una entrevista, incluso nos vimos obligados a comunicarnos a través del traductor

de Google. Por suerte, hicimos migas con un voluntario de la organización “Riding in to the future” que había trabajado en el frente como press officer. Él se ofreció para traducir las declaraciones en ucraniano de la mejor manera posible, un trabajo incalculable.

No olvidemos el viaje a Sukhodil. Estábamos alojados en Lviv, pero llegar al pueblo para nuestro reportaje era todo un desafío. Caminar estaba descartado, ya que eran 40 minutos en coche. El tren tampoco era opción, pues no había conexión. Sin embargo, los organizadores del proyecto nos recogieron en Lviv y nos llevaron al establo donde se realizaban las sesiones.

Por último, creo que es necesario destacar el contexto imperante allí: la guerra. Aunque estábamos en una ciudad alejada del frente, las alarmas de bomba sonaban cada dos o tres horas. Por suerte, durante nuestra estancia, solo hubo un bombardeo en una central eléctrica ubicada en las afueras de la ciudad, a unos 30 minutos exactos de distancia. Además, podías sentir que la gente no estaba del todo cómoda cuando nos veían merodear preguntando o haciendo fotos.

A pesar de todo ello creo que las gestiones que realizamos previamente a nuestro viaje nos permitieron resolver todas las problemáticas de una forma eficiente. Siendo realistas, no se nos presentó ningún problema de gran calado por lo que pudimos completar el reportaje satisfactoriamente.

### 2.3 Fuentes propias y estructura

Este reportaje presenta como fuentes propias a la organizadora del proyecto Riding Into The Future, al director de comunicación, a una estudiante de psicología y voluntaria del proyecto y a uno de los usuarios de la iniciativa.

- **Alexandra Khandogina:** Coordinadora de la iniciativa sin ánimo de lucro, *Riding Into The Future*. Alexandra es psicóloga y profesora de chino en la región de Lviv. Lleva más de 20 años trabajando las sesiones de hipoterapia con el uso de caballos
- **Serhiy Titarenko:** Usuario del proyecto y ex comandante de la brigada del aire del ejército ucraniano. Este combatiente cuenta su accidente, así como la posterior rehabilitación y su experiencia trabajando con la hipoterapia.

- **Andrii Ischyk:** director de comunicación del proyecto y nexos del mismo con la prensa extranjera. Ischyk cuenta cómo conoció el proyecto así como su experiencia como usuario del mismo ya que previo a su puesto actual, Andrii llegó como usuario del proyecto.
- **Rita Kovalenko:** Estudiante de psicoterapia y voluntaria en el proyecto, se encarga de impartir algunas de las sesiones de hipoterapia junto a Alexandra y a Natalka, la otra coordinadora.

La estructura del reportaje es la siguiente:

- Entradilla del caso de uno de los usuarios del proyecto, Serhiy Titarenko.
- Párrafo introductorio del conflicto y definición de hipoterapia
- Declaraciones de Alexandra Khandogina, fundadora del proyecto, contexto de sus inicios como terapeuta y explicación del funcionamiento del proyecto
- Explicación sobre el posible daño cero que sufren los animales
- Declaraciones de Serhiy Titarenko, cómo fue su accidente, cómo se siente con la terapia y qué cree que debería hacer el país con este tipo de sesiones
- Experiencia de otro de los usuarios del proyecto y ahora jefe de comunicación, Andrii Ischyk. Cómo es vivir la guerra, por qué acudió a las sesiones y qué beneficios obtuvo de ella
- Importancia de la hipoterapia y cómo un pequeño grupo de voluntarios en un pequeño pueblo de Lviv aporta su granito de arena en la contienda que sufre su país
- Cierre repasando la actualidad del conflicto y destacando la congelación del mismo tras más de tres años de fuertes enfrentamientos

#### 2.4 Campaña en redes sociales

En el frente de batalla, en un país en lucha, surge una nueva iniciativa comunicativa que busca iluminar la realidad y educar a la población sobre un innovador enfoque de rehabilitación utilizado en tiempos de guerra. Este reportaje de alcance global se centra en aquellos menos familiarizados con las

complejidades del conflicto y tiene como objetivo arrojar luz sobre las acciones humanitarias en Lviv.

El primer paso consiste en establecer contacto con medios nacionales que siguen informando sobre la guerra. Estos medios pueden amplificar adecuadamente los nobles esfuerzos de los voluntarios de 'Riding into the Future'. Pero no se trata solo de texto; también incluirá una rica selección de fotografías. Instagram, donde las imágenes son protagonistas, será una plataforma esencial para captar la atención de los jóvenes, quienes dominan el uso de redes sociales como WhatsApp, Twitter, Facebook y LinkedIn.

El reportaje no solo se compone de fotografías impactantes, sino también de relatos personales de quienes han experimentado la guerra de cerca. Sus testimonios ofrecerán una visión más profunda y humana de la situación en Ucrania. Además, se buscará llegar a aquellos interesados en la política internacional, publicando en foros especializados que inviten al debate y permitan compartir perspectivas sobre las acciones humanitarias en Lviv.

En resumen, este reportaje aspira a sensibilizar a la audiencia global sobre la realidad del conflicto y la valiente labor de quienes trabajan por la rehabilitación y la esperanza en medio de la adversidad

### 3. Contenido del reportaje publicado



Alexandra Khandogina, precursora del proyecto, trabaja ejercicios con Ihor, uno de los excombatientes. Alexander Martínez

#### **Hipoterapia, el arma ucraniana para recuperar a sus excombatientes**

#### **Una iniciativa ciudadana en Leópolis ofrece terapia física y mental con caballos a militares heridos y mutilados en combate**

De piloto del ejército a psicólogo. De surcar los cielos en un helicóptero militar a cabalgar a lomos de un caballo. O lo que es lo mismo, cómo Bolivia cambió la vida de Serhiy Titarenko. Con 40 años y [natal de la ciudad de Romny](#), la forma en la que vivía este comandante de la brigada del aire ucraniana cambió radicalmente cuando **un proyectil ruso alcanzó el helicóptero que pilotaba durante una operación de combate**. Él y su compañero de vuelo se precipitaron, en un helicóptero en llamas, **100 metros hacia el suelo sufriendo graves lesiones**. Su 'chief-in-crew' únicamente sufrió quemaduras,

pero pudo continuar sirviendo a su país. Sin embargo, Titarenko corrió peor suerte.

Aunque conservó todas las extremidades de su cuerpo, este exmilitar de 40 años [se ha visto abocado a una vida en silla de ruedas](#) y, tras su largo periplo por hospitales de todo el mundo, Serhiy Titarenko ha encontrado en la hipoterapia una forma de salvación. **La estabilidad física que perdió durante el accidente se la ha devuelto un animal** que ha logrado establecer con él una relación físico-mental indescriptible. Gracias a tratamientos en diversos hospitales, largas y tediosas operaciones y a la terapia con caballos, **Titarenko ha vuelto a la vida.**



Serhiy Titarenko, excomandante del ejército de aviación de Ucrania, riendo.  
Alexander Martínez

[La hipoterapia](#) es un tratamiento de rehabilitación que está fundamentado en la transición del movimiento del caballo hacia el paciente. Durante las sesiones, dicho movimiento ayuda a **mejorar la fuerza**, la **coordinación**, el **equilibrio**, la **postura**, la autoestima y la confianza en sí mismo del paciente. Además, la

conexión emocional que se establece entre ambos sujetos puede ser terapéuticamente poderosa, ayudando a mejorar el bienestar general y la calidad de vida, así como tratar efectos secundarios derivados de un [conflicto como el estrés post-traumático](#).

Para los combatientes que se ven imposibilitados para volver al frente solo queda una opción: afrontar su nueva vida y tratar de seguir luchando, esta vez, desde más allá del fuego y la pólvora. Esta es la situación de Serhiy. Él y muchos más compañeros se reúnen una vez a la semana para volver a [su nueva vida en Sukhodil](#), un pequeño pueblo a 40 kilómetros al sudeste de Lviv y a más de 1.200 kilómetros de la primera línea de combate.

### **En un pequeño pueblo al sudeste de Lviv**

**“Equilibrio y relajación es todo lo que necesitas para sentir tu cuerpo de una forma nueva”**. De esta forma **Alexandra Khandogina** define ‘Riding into the future’. Ella y su marido, Vasyl Irkha, psicólogo y militar del ejército ucraniano [-actualmente en el frente de Bajmut-](#), iniciaron este proyecto social y sin ánimo de lucro fundamentado en una terapia que, con el uso de caballos especializados, aborda, desde la meditación y la salud, los problemas y necesidades físico-mentales de excombatientes ucranianos heridos en el frente.

**Khandogina**, psicóloga y profesora de chino en la ciudad de Lviv, dedica los domingos a lo que ella llama su ‘volunteer day’. De origen ruso, sus primeras conexiones con los caballos se remontan a los siete años. [En la fría y hermética Moscú](#), inspirada por la afición que su abuelo le profirió por estos animales, cuenta que solía aprovechar cada oportunidad que se le presentaba para montar y que, a la temprana edad de 20 años, ya consiguió comprar su primer caballo.



“Las piernas del caballo se convierten en sus piernas”, explica la coordinadora del proyecto, Alexandra Khandogina



lhor durante uno de los paseos que llevan a cabo en las sesiones junto a Alexandra Khandogina. Alexander Martínez

Sus inicios en el campo de la hipoterapia datan de 2005 en la localidad de Poltava, ya en Ucrania, [donde trabajaba con niños con discapacidad y necesidades especiales](#) realizando un trabajo muy similar al actual. Ahora los tiempos han cambiado y sostiene que, en este momento, sus conocimientos deben focalizarse en otro ámbito. Tras la escalada de la guerra, la psicóloga de origen moscovita decidió mudarse a la ciudad de Lviv junto a su marido.

Cuando este estaba en casa, ambos llevaban a cabo el proyecto, el cual no goza de ningún tipo de ayuda del gobierno. Todos los costes pesan sobre su bolsillo. El recinto es enorme y alberga una treintena de caballos, por lo que **requiere de un desembolso importante para que todo se lleve a cabo a la perfección**. Su marido fue quien animó a Alexandra a centrar su pasión por la hipoterapia en otros objetivos. Este se encargaba de contactar con sus



compañeros del ejército, a los que de manera cariñosa llamaba ‘brotheres-in arms’.

Hasta el momento, al recinto **han acudido unos 80 veteranos de guerra con el objetivo de sentirse mejor con sus nuevas capacidades.** Gracias a la hipoterapia, “las piernas del caballo se convierten en sus piernas”, explica Alexandra. Ahora que su marido ha vuelto al frente, esta se encarga de coordinar todo el proyecto junto a su compañera Natalka Sonechko, especialista en esta terapia quien, a través de la [asociación Doloni Dotyk](#), anima a veteranos de guerra a asistir a las sesiones.



Ihor, uno de los excombatientes, espera su turno para subirse a lomos de uno de los caballos. Alexander Martínez

### **Se cumplen dos años desde la escalada de la guerra**

La hipoterapia no solo ha ayudado a Serhiy, sino que también le ha ofrecido la posibilidad de brindar su apoyo y conocimientos a muchos más militares que, de igual manera, se han visto obligados a regresar a la retaguardia. Pese a

ello, ahora saben que no están solos, que gente en su misma situación ha podido salir adelante y superar las secuelas del campo de batalla. Según el presidente ucraniano, Volodímir Zelenski, **la última cifra de la que disponen es de un [total de 31.000 muertos en el bando de Kiev](#)** desde la escalada de la guerra entre Rusia y Ucrania.

Mientras tanto, como era de esperar, **el frente [ha visto a 100.000 soldados heridos en combate](#)**, de los cuales la mayoría habría vuelto a combatir tras recibir asistencia. Sin embargo, ambos ejércitos cuentan con una parte de soldados que ha padecido lesiones tan significativas hasta el punto de sufrir una imposibilidad física de retornar al frente.

Bolivia y Rada son los otros protagonistas de la historia. Estos son los caballos con los que Alexandra lleva años trabajando y los que han tratado a cientos de pacientes. **Estos animales han sido enseñados específicamente por Alexandra y su equipo para llevar a cabo estas sesiones.** Una de las personas que mejor los conoce es Rita, adiestradora del centro, estudiante de psicoterapia y conocedora de todos los rincones y entresijos del enorme rancho donde se desarrolla la actividad.

Esta afirma que los caballos dedicados a estas labores “deben tener una actitud sosegada y obediente, no deben ser proclives al estrés y, sobre todo, deben estar bajo el cuidado de pocas personas”. Una vez que Rita prepara a los caballos y Alexandra da el visto bueno, es hora de que comience la función.

El primero de los valientes es Sirgyv. Natal de Jharkiv, **el septiembre de 2022 vio como su vehículo blindado, [en una operación de rescate](#)**, pasaba por encima de una mina antitanque. Las consecuencias fueron demoledoras. La mina que explotó justo debajo de su vehículo dejó a Sirgyv sin las dos piernas y abocado, en ese momento, a varios meses de operaciones y rehabilitación.



Sirgyv, excombatiente herido por una mina antitanque. Alexander Martínez

Una vez estable, este ex militar ucraniano se animó a probar las sesiones de hipoterapia que su compañero Vasyl le ofreció y han sido todo un cambio en su vida. **Sirgyv asegura que el esfuerzo que hacen por mantener el equilibrio encima del caballo** es similar al que realizan las personas cuando se ponen una prótesis en las piernas. Además, siente la hipoterapia “muy útil para disminuir la depresión, respirar mejor y para fortalecer los músculos de la espalda”

### **“La Rolls Royce del mundo de los caballos”**

Una vez acabada la sesión de Sirgyv, le toca el turno a Titarenko. Tras varias sesiones junto a su gran amiga, Bolivia, Titarenko **la define como “la Rolls Royce del mundo de los caballos”**. Sin embargo, el veterano de guerra explica que los inicios de su relación no fueron de la manera esperada, sobre todo por su parte: se sentía paralizado y no conseguía relajarse. A pesar de ello, afirma que, a medida que fue entrenando con ella, entendió que su cabeza

podía conectar con Bolivia. Su mente era capaz de controlar al caballo, lo que le hizo confiar más en ella y que ésta respondiese de la manera esperada.

El excomandante ucraniano sufrió el accidente en 2014. Titarenko conducía un helicóptero en las inmediaciones de la ciudad de Sloviansk, en la región del Oblast de Donetsk. Tras el ataque ruso ambos sobrevivieron al accidente, pero **Titarenko se llevó la peor parte**. Serhiy se vio sometido a una vida en silla de ruedas en la que tuvo que pasar por un largo y complejo proceso de operaciones entre Ucrania y Estados Unidos mientras su país seguía combatiendo, ahora, sin su ayuda.

Una vez recuperado, decidió [encauzar su vida brindando apoyo a compatriotas](#) que, como él, habían pasado por la desgracia de quedarse fuera del tablero de batalla. **El excomandante ucraniano decidió centrarse en el estudio de las discapacidades psicológicas** y, en la actualidad, trabaja como psicólogo en un centro de rehabilitación cerca de Lviv donde trata con militares heridos de guerra quienes presentan alguna extremidad de su cuerpo amputada.

Titarenko asegura que la hipoterapia es una de las herramientas más poderosas para el proceso de rehabilitación mental y psicológica que ha conocido. [Lamenta la poca inclusión que este tipo de tratamientos tiene en la sociedad ucraniana](#) y se enorgullece de que, tras el accidente, los caballos cambiaron su vida por completo.

**“Tras el accidente, los caballos cambiaron mi vida por completo”, Serhiy Titarenko, comandante de la aviación militar ucraniana**

### **La pieza que da sentido al engranaje**

Otra de las piedras angulares de este proyecto y también veterano de guerra es Andrii Ischyk. Este excombatiente del ejército ucraniano, en sus plenas



capacidades físicas, empezó como usuario del proyecto. Sin embargo, tras varias sesiones de rehabilitación y gracias a su conocimiento de la lengua inglesa, pasó a formar parte del equipo de Alexandra como voluntario encargado de difundir en redes sociales las labores que realiza todo el equipo. Según afirma el excombatiente, durante sus años alistado en el ejército, además de servir en el frente situado en Bajmut, también **desarrollaba labores de prensa** hasta que finalizó su servicio militar en 2015.

Ischyk recuerda duramente su etapa en las filas del ejército ucraniano. El veterano cuenta que “es una situación muy dura” por lo que “tratas de escapar de cualquier forma”. En esos casos el deporte se convirtió en uno de sus mejores aliados: **“Me permitía aliviar tensiones, aunque solo fuese por un momento”**. Sin embargo, eso no era suficiente. Por eso, cuando conoció el proyecto de Alexandra y Vasyl no dudó ni por un instante. “Aleluya, por fin puedo dedicar mi tiempo a algo nuevo”, se dijo a sí mismo.



Andrii Ischyk (der.), voluntario del proyecto, ayuda a Ihor (izq) a entrar al hipódromo donde realizan los ejercicios. Alexander Martínez

Es más, resalta el cuidado de los caballos como una de sus actividades favoritas por la respuesta positiva que estos ofrecen tanto a él como al resto de los usuarios: “Es sorprendente lo rápido que comienzan a reconocerte, pronto estableces una relación inquebrantable”. Además, **recalca que no es un ejercicio lesivo ni dañino para los animales** sino todo lo contrario: “Cuando las personas se mueven encima del caballo y practican los ejercicios, los animales sienten la fricción que se genera como un liviano y relajante masaje”.

La terapia consiste en la relajación y confianza en el animal. Para algunos soldados, el simple hecho de subir a lomos del caballo es todo un reto, pues debido a diversos accidentes han perdido toda fuerza en las piernas. Una vez lo consiguen, junto a las terapeutas, **inician un recorrido por el hipódromo** donde sienten que han recobrado esa fuerza en las extremidades inferiores. El final de la sesión se adhiere a ejercicios de estiramientos encima del animal donde los militares tienen que conseguir mantener el equilibrio a la vez que estimulan sus extremidades con ejercicios similares al yoga.

***“Desde el principio, estableces una relación inquebrantable con el caballo”, esboza Andrii Ischyk, voluntario y anterior usuario del proyecto***

La hipoterapia ha llegado para quedarse. Introducir este tipo de terapias para los excombatientes de guerra es la mejor manera de combinar la ayuda física y mental que estos necesitan. Este tratamiento consigue en sus usuarios reducir el estrés, les ayuda a mantener el equilibrio en su día a día e incluso afirman que pueden dormir mejor. **La guerra es una experiencia nefasta por la que ninguna persona debería pasar.** Sin embargo, Alexandra y todo su equipo de trabajadores y pacientes trabajan desinteresadamente para que haya una vida después de ella.

El conflicto ruso-ucraniano ha sumido a ambos países en la más absoluta incertidumbre: [Desde hace meses las líneas militares no avanzan y tampoco se atisba ningún acuerdo o tratado que acerque posturas hacia una posible paz.](#) La contienda, que en un primer momento se disputaba entre ofensivas y

contraofensivas, ahora ha adoptado un perfil posicional. En este contexto el factor que más determina las posiciones es el desgaste de las tropas y del armamento militar.

No ajenas a todo ello, las familias de ambos bandos siguen observando impotentes cómo sus más allegados viajan incansablemente al frente sin la certeza de saber si uno de esos viajes puede ser el último.

**Enlace:**

<https://alexandermartinezespinoza.medium.com/hipoterapia-el-arma-ucraniana-para-recuperar-a-sus-excombatientes-099bc091fae4>

#### **4. Interpretación derivada de la investigación**

El tema principal que abordamos durante este trabajo tiene analiza los beneficios que una terapia especializada, personal y natural puede causar en personas con dificultades físicas y psicológicas. En un momento tan delicado, la hipoterapia puede aliviar muchas sensaciones negativas y afectar positivamente a los pacientes que se someten a ella, un hecho que, sin duda, pudimos comprobar en primera persona.

Es complicado cuantificar las mejorías, en su mayoría son en términos psicológicos por lo que solo puede ser comprobada fehacientemente gracias a las sensaciones que trasladan los usuarios. Por ese motivo podemos concluir que se trata de una terapia eficaz, porque han sido ellos mismo quienes nos hicieron saber sus mejorías.

La hipoterapia puede ser un ejemplo más de que el contacto entre el humano y el animal siempre es positivo cuando se aborda desde un punto de vista reparador a nivel psicológico. Un estudio del Instituto Nacional de Salud (NIH) de los Estados Unidos (“The power of pets”, 2018) ya apuntaba en esta dirección: según las variables estudiadas se ha demostrado que la interacción con animales disminuye los niveles de cortisol (una hormona relacionada con el estrés) y disminuye la presión arterial. Otros estudios han descubierto que los

animales pueden reducir la soledad, aumentar los sentimientos de apoyo social y mejorar su estado de ánimo. Sin duda, “Riding into the future” es un ejemplo de ello.

Por otro lado, la colaboración civil entorno a un proyecto sin ánimo de lucro y en el que prácticamente todos los voluntarios están estrechamente involucrados también genera un beneficio social incalculable. Ucrania, y en concreto, la ciudad de Lviv se ha transformado en un auténtico centro neurálgico de ONGs o proyectos como el que comanda Alexandra Khandogina.

Se trata de un país que se ha unido para hacer frente a la adversidad y que ha encontrado en soluciones civiles y efectivas un arma más para combatir la guerra que afrontan. El caso de “Riding into the future” no es aislado, durante nuestra estancia allí conocimos todo tipo de propuestas ciudadanas con el mismo objetivo: ayudar cómo se pueda y desde donde sea más útil.

Por eso, desde mi punto de vista, Ucrania se ha convertido en un gran ejemplo de cooperación y fraternidad. Este reportaje ayuda a imaginar ese comportamiento social que además de ayudar a personas maltrechas por el conflicto, contribuye a crear y cimentar el país que quedará cuando todo acabe.

## **5. Bibliografía y fuentes documentales**

- Baqués, J. (2015). El papel de Rusia en el conflicto de Ucrania: ¿La guerra híbrida de las grandes potencias? *Revista de estudios en seguridad internacional*, 1(1), 41-60.  
<http://www.seguridadinternacional.es/resi/index.php/revista/article/view/16>
- Urban, R. (2018). Polish contribution to the development of views on horse riding as a form of therapy—a brief historical retrospection. *Central European journal of sport sciences and medicine*, 23(3).  
[https://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.agro-94917e3d-1592-43e1-8709-7c8728e4e719/c/02\\_urban.r.pdf](https://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.agro-94917e3d-1592-43e1-8709-7c8728e4e719/c/02_urban.r.pdf)
- Chomsky, N. (2016). *¿Quién domina el mundo?* B de Books.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=41skDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=quién+domina+el+mundo+noam+chomsky&ots=kht6V\\_tUa4&sig=](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=41skDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=quién+domina+el+mundo+noam+chomsky&ots=kht6V_tUa4&sig=)



[h9YdcgLZPXvKU4e1FbMP4nkVEnQ#v=onepage&q=quién%20domina%20el%20mundo%20noam%20chomsky&f=false](https://www.researchgate.net/publication/368111111/h9YdcgLZPXvKU4e1FbMP4nkVEnQ#v=onepage&q=quién%20domina%20el%20mundo%20noam%20chomsky&f=false)

- Montero Moneada, L. A., Jiménez-Reina, J., & Ardila-Castro, C. A. (2023). Efectos geopolíticos de la guerra de Ucrania. *Novum Jus*, 17(1), 205-235. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2500-86922023000100205&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2500-86922023000100205&script=sci_arttext)
- De Vega, Luis. (6 de julio de 2023). Un bombardeo de Rusia provoca 10 muertos en un edificio de viviendas de Lviv, cerca de la frontera polaca. - *El País*. <https://elpais.com/internacional/2023-07-06/un-bombardeo-de-rusia-en-lviv-provoca-cuatro-muertos-en-un-edificio-de-viviendas.html>
- Berger, Miriam. Levine, Heidi. (2 de septiembre 2022). Ukraine's war amputees heal through horse therapy. *The Washington Post*. <https://www.washingtonpost.com/world/2022/09/02/ukraine-amputees-horse-therapy/>
- Respuesta de la UE ante la invasión rusa de Ucrania. (s. f.). Consilium. [https://www.consilium.europa.eu/es/policies/eu-response-ukraine-invasion/eu-solidarity-ukraine/#:~:text=informaci%C3%B3n%20de%20referencia\)-Ayuda%20humanitaria,familias%20de%20acogida%20en%20Moldavia](https://www.consilium.europa.eu/es/policies/eu-response-ukraine-invasion/eu-solidarity-ukraine/#:~:text=informaci%C3%B3n%20de%20referencia)-Ayuda%20humanitaria,familias%20de%20acogida%20en%20Moldavia).
- Razo, J. (2024, 22 marzo). ¿De dónde viene el dinero de ayuda para Ucrania? Estos 4 gráficos lo explican. CNN. <https://cnnespanol.cnn.com/2024/03/22/donde-viene-dinero-ayuda-ucrania-graficostrax/#:~:text=Estados%20Unidos%20ha%20comprometido%20la,seg%C3%BAn%20datos%20del%20Instituto%20Kiel>.
- ACNUR España -. (s. f.). Emergencia en Ucrania | ACNUR España. ACNUR España. <https://www.acnur.org/es-es/emergencias/emergencia-en-ucrania>
- ACNUR España -. (2024, 15 enero). Sin tregua para los ucranianos afectados por la guerra, la ONU lanza planes de respuesta humanitaria y de refugiados en 2024. ACNUR España. <https://www.acnur.org/es-es/noticias/comunicados-de-prensa/sin-tregua-para-los-ucranianos-afectados-por-la-guerra-la-onu-lanza>
- Guerra entre Rusia y Ucrania: refugiados ucranianos registrados por país en 2024 | Statista. (2024, 26 febrero). Statista.

<https://es.statista.com/estadisticas/1293856/guerra-entre-rusia-y-ucrania-refugiados-ucranianos-por-pais-2022/>

- Kyiv School of Economics. Kyiv School Of Economics.  
<https://kse.ua/>
- Soto, R. (2023, 18 octubre). Mapa | Estos son los territorios ocupados por Rusia en Ucrania 600 días después del inicio de la guerra. Newtral.  
<https://www.newtral.es/territorios-ocupados-rusia-ucrania/20231017/>
- Mundial, B. (2024, 16 febrero). Se publicó la evaluación actualizada de las necesidades de recuperación y reconstrucción de Ucrania. World Bank.  
<https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2024/02/15/updated-ukraine-recovery-and-reconstruction-needs-assessment-released>
- TRADING ECONOMICS. (s. f.). Ukraine employment rate.  
<https://tradingeconomics.com/ukraine/employment-rate>
- Insitute, KSE. Report on Damages to Infrastructure Caused by Russia's War against Ukraine One Year after the Start of the Full-Scale Invasion. 2023.
- Institute, KSE. Report on Damages and Losses to Infrastructure from the Destruction Caused by Russia's Military Aggression against Ukraine as of June 2023. 2023.
- Institute for the world economy, KIEL. Ukraine Support Tracker – Methodological Update & New Results on Aid “Allocation.” Feb. 2023.
- Lazkanoiturburu, D. (2024, 23 febrero). Diez años del Euromaidan: origen o hito en el desencuentro postsoviético ruso-ucraniano. Naiz:  
<https://www.naiz.eus/eu/info/noticia/20240223/10-anos-de-euromaidan-origen-o-hito-del-desencuentro-existencial-postsovietico>
- News headlines. (s. f.). Catholic Culture.  
<https://www.catholicculture.org/news/headlines/index.cfm?storyid=22029>
- Scholar, V. (s. f.). escenic. The Telegraph.  
<https://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/europe/ukraine/10880652/Beaten-and-threatened-the-Donetsk-Peoples-Republic-turns-on-citys-priests.html>
- Ukrainian priest says his emotional captivity was worse than physical. (s. f.). Catholic Philly.

- <https://catholicphilly.com/2015/07/news/world-news/ukrainian-priest-says-his-emotional-captivity-was-worse-than-physical/>
- RTVE Noticias. (2022, 5 noviembre). GUERRA UCRANIA: 57.000 MUJERES combaten contra los RUSOS SIN el mejor EQUIPAMIENTO | RTVE Noticias [Vídeo]. YouTube.  
[https://www.youtube.com/watch?v=KMXJ8sL\\_I9U](https://www.youtube.com/watch?v=KMXJ8sL_I9U)
  - LaSexta.com. (2022, 24 febrero). ¿Cuántos soldados y qué armamento tienen Ucrania y Rusia? LaSexta.  
[https://www.lasexta.com/noticias/internacional/cuantos-soldados-que-armamento-tienen-ucrania-rusia\\_2022022462179b2bbe3b4c000135e439.html](https://www.lasexta.com/noticias/internacional/cuantos-soldados-que-armamento-tienen-ucrania-rusia_2022022462179b2bbe3b4c000135e439.html)
  - Temerosos, sedientos, hambrientos, los animales también son víctimas de los conflictos armados. Grupos de activistas se unen para acudir en su ayuda e intentan acompañar a sus angustiados dueños lo mejor que pueden. (2022, 27 abril). National Geographic.  
<https://www.nationalgeographic.es/animales/2022/04/invasion-de-ucrania-que-pasa-con-las-mascotas-abandonadas>
  - De Sevilla, D. (2022, 21 noviembre). La guerra entre Rusia y Ucrania pone en peligro de extinción a más de 80 especies de animales. Diario de Sevilla.  
[https://www.diariodesevilla.es/mascotas/guerra-Rusia-Ucrania-pone-peligro-extincion-animales\\_0\\_1740126897.html](https://www.diariodesevilla.es/mascotas/guerra-Rusia-Ucrania-pone-peligro-extincion-animales_0_1740126897.html)

## **6. Materiales e infraestructura utilizada**

Para la elaboración del reportaje fue necesario acudir a Ucrania, concretamente a Sukhodil, un pueblo cercano a Lviv. Las entrevistas se realizaron presencialmente. Están grabadas mediante una cámara y el audio se recogió con un micrófono de corbata.

Dichas entrevistas fueron transcritas a mano y de ahí se sacaron las declaraciones que aparecen en el reportaje. Por otro lado, las imágenes son todas propias. La redacción final del reportaje se realizó en un documento en blanco de Google Drive y se subió a la plataforma Medium.

En cuanto al aspecto fotográfico, el material utilizado fue una Canon 250D con diferentes objetivos. Para retratos y detalles utilizamos un 50mm fijo que permitía muy buenos desenfoques y aportaba una gran riqueza visual, perfecto para las entrevistas a los protagonistas. Por otro lado, también contábamos con un gran angular de 10 a 18 mm que era perfecto para paisajes y planos generales.

Nuestro objetivo principal era conseguir reflejar mediante la fotografía la relación que establecían los usuarios del proyecto con los animales. Para ello tratamos de inmortalizar gestos, movimientos o posturas que pudiesen trasladar esa sensación al lector del reportaje.

La variedad de escenarios fue también un factor a tener en cuenta. El contraste entre el hipódromo, las afueras de este y el resto de instalaciones donde se situaban las cuadras con los animales provocaron que tuviéramos que cambiar constantemente de lente.

Era imprescindible fotografiar todos los pasos que los diferentes usuarios llevaban a cabo cuando acudían a la terapia por ese motivo acompañamos a los voluntarios en sus labores para el cuidado de los animales. Posteriormente también inmortalizamos la llegada y la espera que los diferentes excombatientes protagonizaban, para después concluir con las imágenes de los paseos y de los ejercicios.

Era importante no molestar con nuestra presencia ya que, tanto para los miembros del proyecto como para los heridos, era un momento de absoluta intimidad por lo que era preciso mantener cierta cautela a la hora de apretar el disparador o acercarnos demasiado a los sujetos.

Esto no quiere decir que en ningún caso recibiéramos indicaciones de los voluntarios o de la propia Kandogina que limitasen nuestra actividad, al contrario, teníamos plena libertad, pero sí era latente esa sensación de respeto que anteriormente comentaba.

## 7. Anteproyecto

### 7.1 Definición de la temática, el enfoque y justificación de su valor noticioso.

Este reportaje tiene como objetivo dar visibilidad y profundizar en un grupo de personas que trabajan incansablemente para recuperar a los militares heridos en el frente de batalla durante la contienda entre Rusia y Ucrania. Desde la escalada de la guerra en 2022, ambos países se han visto atrapados en una espiral de confrontaciones bélicas en el este de Ucrania.

Tras dos años de alta tensión, la situación está más paralizada que nunca. Proyectiles cruzan los cielos de ambos países sin que se logre un avance relevante en las aspiraciones de los contendientes.

En las afueras de Lviv, un grupo comprometido trabaja a través de sesiones de hipoterapia, una forma de rehabilitación con caballos, con soldados que han sufrido la pérdida de extremidades o lesiones mentales. Estas sesiones buscan su recuperación y mejoría.

El enfoque del reportaje es mostrar, desde la experiencia real de varios militares, cómo la hipoterapia se ha convertido en una de las herramientas clave de Ucrania para la recuperación físico-mental de sus soldados. A pesar de las dificultades y los desafíos, estos valientes individuos encuentran en la relación con los caballos una vía hacia la sanación y la esperanza.

### 7.2 Presentación de los objetivos de la investigación y de las principales hipótesis.

Los objetivos de la investigación versan sobre la investigación y aplicación de una de las técnicas de rehabilitación que utiliza Ucrania para recuperar a sus soldados heridos en el frente de combate durante la guerra con Rusia.

La principal hipótesis es comprobar la utilidad y beneficio de las sesiones de hipoterapia como método recuperativo de soldados que han perdido alguna parte de su cuerpo, así como herramienta para fortalecer y paliar los efectos secundarios mentales derivados de la guerra como el estrés post-traumático o la disminución del sueño.

### 7.3 Cronograma de trabajo

Tareas	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Documentación	X							
Definición TFG		X						
Entrevistas	*	*	*	*	*	*	*	*
Maquetación de fotos					X	X	X	
Publicación								X
Entrega								X

**\*Las entrevistas se realizaron durante el trabajo de campo realizado en Ucrania meses anteriores a la elaboración del TFG**

### 7.4 Relación de documentación recabada sobre el asunto

A continuación, se presentará una serie de documentos, así como artículos periodísticos y ensayos relacionados con el asunto. En él se incluyen noticias de medios internacionales, así como ucranianos, declaraciones institucionales y ensayos sobre geopolítica internacional.

- Baqués, J. (2015). El papel de Rusia en el conflicto de Ucrania: ¿La guerra híbrida de las grandes potencias? *Revista de estudios en seguridad internacional*, 1(1), 41-60.  
<http://www.seguridadinternacional.es/resi/index.php/revista/article/view/16>
- Urban, R. (2018). Polish contribution to the development of views on horse riding as a form of therapy—a brief historical retrospection. *Central European journal of sport sciences and medicine*, 23(3).  
[https://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.agro-94917e3d-1592-43e1-8709-7c8728e4e719/c/02\\_urban.r.pdf](https://yadda.icm.edu.pl/yadda/element/bwmeta1.element.agro-94917e3d-1592-43e1-8709-7c8728e4e719/c/02_urban.r.pdf)
- Chomsky, N. (2016). *¿Quién domina el mundo?* B de Books.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=41skDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=quién+domina+el+mundo+noam+chomsky&ots=kht6V\\_tUa4&sig=h9YdcgLZPXvKU4e1FbMP4nkVEnQ#v=onepage&q=quién%20domina%20el%20mundo%20noam%20chomsky&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=41skDQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=quién+domina+el+mundo+noam+chomsky&ots=kht6V_tUa4&sig=h9YdcgLZPXvKU4e1FbMP4nkVEnQ#v=onepage&q=quién%20domina%20el%20mundo%20noam%20chomsky&f=false)

- Montero Moneada, L. A., Jiménez-Reina, J., & Ardila-Castro, C. A. (2023). Efectos geopolíticos de la guerra de Ucrania. *Novum Jus*, 17(1), 205-235. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2500-86922023000100205&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2500-86922023000100205&script=sci_arttext)
- De Vega, Luis. (6 de julio de 2023). Un bombardeo de Rusia provoca 10 muertos en un edificio de viviendas de Lviv, cerca de la frontera polaca. *El País*. <https://elpais.com/internacional/2023-07-06/un-bombardeo-de-rusia-en-lviv-provoca-cuatro-muertos-en-un-edificio-de-viviendas.html>
- Berger, Miriam. Levine, Heidi. (2 de septiembre 2022). Ukraine's war amputees heal through horse therapy. *The Washington Post*. <https://www.washingtonpost.com/world/2022/09/02/ukraine-amputees-horse-therapy/>

**7.5** Selección, presentación y justificación de las fuentes propias y documentales que aparecerán en el reportaje. Deben estar confirmadas.

Este reportaje presenta diferentes como fuentes propias a la organizadora del proyecto Riding Into The Future, al director de comunicación y ex militar del ejército ucraniano, a una estudiante de psicología y voluntaria del proyecto y a uno de los usuarios de la iniciativa.

- **Alexandra Khandogina:** Coordinadora de la iniciativa sin ánimo de lucro, *Riding Into The Future*. Alexandra es psicóloga y profesora de chino en la región de Lviv. Lleva más de 20 años trabajando las sesiones de hipoterapia con el uso de caballos. Debido a la escalada de la guerra entre Ucrania y Rusia, Khandogina decidió emplear esta terapia con los soldados heridos en el frente.

Ella cuenta cómo se crea el proyecto y sus inicios con el caballo que posteriormente utilizaría para ejercer su profesión.

- **Serhiy Titarenko:** Usuario del proyecto y ex comandante de la brigada del aire del ejército ucraniano. Este combatiente cuenta su accidente, así como la posterior rehabilitación y su experiencia trabajando con la hipoterapia.

- **Andrii Ischyk:** director de comunicación del proyecto y nexos del mismo con la prensa extranjera. Ischyk cuenta cómo conoció el proyecto así como su experiencia como usuario del mismo ya que previo a su puesto actual, Andrii llegó como usuario del proyecto. También combatió en el frente por lo que cuenta su experiencia en combate y la nueva vida que lleva después de semejante experiencia.
- **Rita (apellido):** Estudiante de psicoterapia y voluntaria en el proyecto, se encarga de impartir algunas de las sesiones de hipoterapia junto a Alexandra y a Natalka, la otra coordinadora. Además de las sesiones, Rita organiza a los caballos en las cuadrillas y los limpia y asea así como proporciona los cuidados básicos que estos necesitan. Ella cuenta cómo funcionan las sesiones, así como el tipo de caballos que se emplean para la terapia y los cuidados que estos sufren.

## **8. Presentación del autor y breve currículum**

Alexander Martínez Espinosa, nacido Guardamar del Segura (Alicante), España, es un estudiante de Periodismo y Comunicación Audiovisual en la Universidad Miguel Hernández de Elche (UMH). Es un joven comprometido con problemáticas sociales

A pesar de su juventud, Alexander cuenta con más de dos años de experiencia en el sector. Comenzó su aventura como becario en Radio Elche Cadena Ser durante un periodo de un año y seis meses, posteriormente recaló en Vega Fibra TV y en la actualidad es uno de los doce beneficiarios de las becas "Fundación La Caixa" que, en colaboración con la Agencia EFE, permiten a diferentes jóvenes del país continuar aprendiendo y disfrutando de su profesión.



## ANEXO 1: Galería de imágenes



Instalaciones del proyecto "Riding into the future". Alexander Martínez



Algunos voluntarios del proyecto preparando a los caballos antes de las sesiones de hipoterapia. Alexander Martínez





Andrii Ischyk junto a otros voluntarios esperando a sacar al caballo que realizará los ejercicios. Alexander Martínez



Ihor, uno de los exmilitares en terapia, espera en una de las barreras del hipódromo. Alexander Martínez





Sirgyy a lomos de uno de los caballos del proyecto recibiendo instrucciones de Rita Kovalenko, voluntaria del proyecto. Alexander Martínez



Sirgyy mira al frente mientras pasea en caballo en una sesión de hipoterapia.  
Alexander Martínez



Ihor (izq) y Sirgyy (der) charlan sobre la sesión de hipoterapia. Alexander Martínez





Ihor (izq) rellena una ficha de registro junto a Sirgyy. Alexander Martínez





Sirgyy, Serhyi Titarenko e Ihor a las puertas del hipódromo tras la sesión de hipoterapia. Alexander Martínez

