

Cuatro años después, Cáritas sigue en Ucrania

Adela Zamora. Cáritas Española



Maryana vive en Kiev, la capital ucraniana, con su pareja y su hijo de tres meses. Desde hace cuatro años, cuando comenzó la invasión rusa, sufre bombardeos, cortes de luz y calefacción, y escasez de comida, agua y otros bienes de primera necesidad. «Residimos en un edificio de apartamentos y, cuando se va la luz, también nos quedamos sin calefacción», explica. Cuando los cortes se prolongan más de siete horas, la temperatura en su casa cae hasta los 10 o 12 grados; y, cuando vuelve la luz, solo se mantiene dos o tres horas, por lo que la temperatura no sube nunca de 15 grados. «Para un bebé de tres meses, esta temperatura es muy baja; es imposible bañarla o cambiarla —cuenta—. Tengo miedo constante de que se resfríe».

La rutina de crianza se convierte entonces en una estrategia de supervivencia. Pone a la niña varias capas de ropa y mantas y la lleva siempre cargada contra su cuerpo para darle calor. Ahora han empezado a usar ladrillos ignífugos calentados en la cocina de gas «para subir uno o dos grados la temperatura».

«Los ucranianos nos hemos acostumbrado a esto —lamenta Tetiana Stawnychy, presidenta de Cáritas Ucrania—. Los rusos atacan ciudades muy pobladas para aterrorizar a la población y, cada dos o tres días, suena una alarma en plena noche. Nos despertamos, comprobamos si son misiles o drones y tomamos una decisión sobre nuestra seguridad. Hemos aprendido a vivir con ello, pero no es una situación normal; simplemente nos hemos adaptado a ella y sacamos nuestra fuerza ayudándonos unos a otros».

2025, el año más mortífero



Tetiana habla de un conflicto de larga duración e intensidad —«aunque ya esté fuera de las noticias», añade— y de una crisis humanitaria muy grave, que en 2025 se ha agravado, y mucho. El pasado año fue el más mortífero para la población civil, y los ataques reiterados contra infraestructuras energéticas han dejado a millones de personas sin calefacción, agua o electricidad. Este invierno, con temperaturas inferiores a los -20 grados en algunas zonas del país, ha sido especialmente difícil.

Los datos son contundentes. En cuatro años de conflicto, Ucrania acumula cerca de 41.000 víctimas civiles, tiene 3,7 millones de personas desplazadas internas, 5,8 millones de refugiados y más de 2,5 millones de viviendas dañadas o destruidas.

En 2025, más de 2.500 civiles perdieron la vida y 12.000 personas resultaron heridas, un 31 % más que en 2024. Se verificaron al menos 438 ataques contra instalaciones sanitarias y más de 340 centros educativos resultaron dañados o destruidos. Casi un millón de niños se ven obligados a estudiar únicamente en línea; y eso es una suerte en Ucrania, porque los que viven cerca del frente están totalmente fuera del sistema educativo desde 2022.

El futuro no parece muy esperanzador. Las últimas previsiones ofrecidas por Naciones Unidas apuntan a que once millones de personas en 2026 van a necesitar ayuda humanitaria.

Cáritas, con Ucrania

Cáritas Ucrania y Cáritas Spes —la primera greco-católica y la segunda latina— continúan al lado de todas las personas que están sufriendo esta enorme crisis humanitaria. «Por su presencia en todas las zonas del país —exceptuando las ocupadas por Rusia, como el Donbás—, Cáritas tiene la capacidad de responder a las necesidades de las personas allí donde se encuentren».

En el este de Ucrania, la situación es muy extrema. Tetiana explica que Rusia utiliza drones que han ampliado varios kilómetros lo que antes se consideraba la «línea de frente». «Los drones atacan a las personas y a los convoyes de ayuda humanitaria», afirma. Esto dificulta tanto las evacuaciones de personas como la llegada de asistencia humanitaria.

En estas regiones, Cáritas proporciona agua, comida, refugio y otros artículos de primera necesidad; ayuda a evacuar a la gente que quiere huir de los drones y la artillería, y acompaña a personas que llegan «exhaustas» a los centros de tránsito. En 2025, más de 89.000 personas pasaron por estos puntos, necesitadas de alimentos, alojamiento temporal, documentación y apoyo psicosocial.

La mayoría de estos evacuados se quedan en Ucrania, en el oeste del país que, pese a su mayor estabilidad, también recibe ataques masivos. «En Kiev hay bombardeos casi todos los días», insiste Tetiana. En estas zonas, Cáritas acoge a los desplazados, procura una buena integración en sus nuevas comunidades, les proporciona refugio, acceso a servicios de salud y escolarización para sus hijos, les ayuda a encontrar trabajo y les ofrece apoyo psicológico.



Cáritas Española trabaja en Ucrania desde 2010 y, desde 2022, ha destinado casi 19 millones de euros a las personas afectadas por el conflicto.

Apoyo psicológico

Y es que uno de los ejes del trabajo de Cáritas es la salud mental. Tras cuatro años de violencia, «el trauma es muy grande, especialmente en los niños». Nuestra entidad hermana ofrece apoyo psicológico en 50 escuelas y gestiona centros de crisis y resiliencia para toda la familia. También existen programas específicos para veteranos, familias en duelo y personas con discapacidad.

El desgaste de tantos años de guerra alcanza también a quienes ayudan. «Los trabajadores y voluntarios de Cáritas sufren mucho». En el primer año de guerra, el 40 % de los voluntarios eran desplazados internos. «Ayudando a los demás, pueden sanar», dice Tetiana, que define su trabajo y el de Cáritas como «el amor en acción».

Cáritas con Ucrania

Tras cuatro largos años de guerra, asistimos a la intensificación de las hostilidades y a una crisis humanitaria que afecta especialmente a mujeres y niños, y que se agravará sin apoyo internacional inmediato. Recordemos a los civiles de Ucrania que el mundo no los olvida. Haz tu donativo ahora.

Banco Sabadell ES35 0081 0216 7000 0218 5725

Banco Santander ES45 2100 5731 7202 0028 7356

[Donar](#)