

## MOBILE LIFE, MOBILE LEARNING Y ADICCIÓN AL MÓVIL: CONTRAPOSICIONES COMPLEMENTARIAS

José María Romero Rodríguez<sup>1</sup>

Universidad de Granada

[rommarr@hotmail.com](mailto:rommarr@hotmail.com)

Sergio García Pastor<sup>2</sup>

Universidad Miguel Hernández

[sgpastor.ts@gmail.com](mailto:sgpastor.ts@gmail.com)

### Resumen

Los dispositivos digitales móviles han incidido de una forma flagrante en la sociedad, lo que ha hecho que convivamos con ellos y los integremos en nuestras rutinas diarias. En el siguiente escrito se recogen diferentes conceptos relacionados con el uso de los dispositivos móviles como son el mobile life, mobile learning y adicción al móvil, para tratar de relacionarlos y dibujar un panorama donde interactúen entre ellos y no se contrapongan. Por tanto, el objetivo de este escrito consiste en introducir y dar a conocer al lector esta temática que a priori puede resultar contradictoria entre sí, pero es realmente complementaria y una no es causante de otra. Finalmente, se concluye con la necesidad de su implementación en la educación para evitar los problemas generados actualmente con su utilización indebida en el aula y poder educar en su buen uso a través del establecimiento de tiempos y la autorregulación.

**Palabras clave:** mobile life; mobile learning; adicción al móvil; TIC; recurso educativo.

---

<sup>1</sup> Becario de colaboración MECD en el departamento de Didáctica y Organización Escolar de la Universidad de Granada. Estudiante de posgrado (Máster Universitario en Investigación e Innovación en Currículum y Formación), graduado en Pedagogía por la Universidad de Granada, miembro del grupo de Investigación A.R.E.A. (HUM-672). Interesado en la línea de investigación sobre nuevas tecnologías aplicadas a la educación, e-learning, mobile-learning.

<sup>2</sup> Graduado en Trabajo Social por la Universidad de Murcia. Estudiante del Máster Universitario en Intervención Criminológica y Victimológica en la Universidad Miguel Hernández de Elche. Especializado en el trabajo con menores en riesgo de exclusión y colectivos vulnerables.

## **1. Los dispositivos digitales móviles en la sociedad actual: mobile life**

El siglo XXI se caracteriza por la globalización y conexión entre distintos pueblos y culturas. En este sentido, el avance de las tecnologías y de internet ha posibilitado un acceso libre a la información, la cual se encuentra disponible en red y en abierto. Actualmente estamos inmersos en una sociedad del conocimiento, donde la facilidad de acceso a la información abre un abanico de posibilidades en cuanto a su utilización en nuestra vida cotidiana (Romero, 2016).

En relación al uso de la tecnología, según el Instituto Nacional de España (INE) en 2014 el 77'1% de conexiones a internet fue mediante dispositivos móviles, dibujando un panorama donde estos terminales son el principal acceso a la red (Rodríguez y Muñoz, 2016). Por tanto, es más que evidente la necesidad de trabajar con dinámicas que incluyan estas herramientas, ya que es algo instaurado en la cotidianidad de la sociedad y una demanda que debe trasladarse a la educación.

Por otro lado, asistimos diariamente al hecho de cruzarnos con alguien por la calle que mientras que anda está escribiendo por el teléfono móvil; en el hogar con algún familiar que lo utiliza mientras come, ve la tele o realiza cualquier otra acción; con las amistades en los bares, restaurantes, discotecas, etc., que lo utilizan al mismo tiempo que estas estableciendo una conversación con ellos; entre otras situaciones. Lo que nos hace preguntarnos cuál es el grado de intromisión de los dispositivos digitales móviles en nuestra vida cotidiana. Esta introducción de las tecnologías móviles en todos los ámbitos sociales ha sido denominada con el término mobile life (Suárez, Crescenzi y Grané, 2013).

En consecuencia, el mobile life es una tendencia que ha llegado para quedarse y trae consigo una serie de ventajas, como las múltiples posibilidades que nos permite para facilitar nuestro día a día (comunicación sincrónica y asincrónica, herramienta de trabajo, entretenimiento, educación, información, formación, etc.). Aunque tiene sus contrapartidas como la creciente adicción a estos dispositivos y su mal uso que desencadena en comportamientos obsesivos e incluso fobia a salir de casa sin el teléfono móvil.

Por ello, establecer tiempos y educar en su buen uso son píldoras esenciales para mediar y convivir con la tecnología que tenemos a nuestro alcance.

## **2. El mobile learning como recurso educativo**

En ocasiones una gran cantidad de docentes tienen la preocupación sobre el uso del teléfono móvil por parte del alumnado en clase mientras se atiende a una explicación. Hasta ahora este hecho ha originado su prohibición en el aula, la cual ha obtenido una escasa efectividad, puesto que se sigue utilizando. Por tanto, la integración de los dispositivos digitales móviles en el aula puede ser una solución a este problema, al mismo tiempo que incida en la mejora del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Mora (2013) define el mobile learning como “la manera en que podemos brindar al estudiantado posibilidades de aprendizaje por medio de dispositivos móviles, tales como teléfonos inteligentes o tabletas” (p. 54). El propio hecho de utilizar una herramienta cotidiana que rompe las barreras de los instrumentos habituales aplicados a la educación, conlleva cierto componente motivacional en el alumnado, puesto que se utiliza como instrumento de aprendizaje algo tan cotidiano como su teléfono móvil. Lo que posibilita llevar el proceso de aprendizaje más allá del contexto formal y en consecuencia romper el espacio y tiempo, desarrollándose en múltiples contextos de aprendizaje.

Respecto a las características del mobile learning podemos destacar la ubicuidad como un potente distintivo que permite el acceso a la información en cualquier momento y lugar. Esta particularidad aprovechada adecuadamente puede incidir en una mejora de los resultados de aprendizaje (Torres, Infante, & Torres, 2015).

En cuanto a sus beneficios Fombona y Pascual (2013) establecen que los dispositivos móviles provocan en los estudiantes universitarios una cierta popularidad, facilidad de acceso, inmediatez y motivación de los usuarios por su utilización.

Siguiendo esta línea, como destacan Herrera y otros (2013) el aprendizaje a través de dispositivos móviles no solo favorece el aprendizaje autónomo sino que posibilita la interacción aprendiz-aprendiz y se logra un aprendizaje significativo, basado en la construcción del conocimiento entre pares. Su aplicación en el aula depende del

docente, por lo que se requiere una formación continua en nuevas tecnologías que ayude a responder las demandas de la educación actual (Rodríguez y Muñoz, 2016).

En suma los dispositivos digitales móviles abren la puerta a diversas herramientas y funcionalidades que pueden mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de recursos como las apps, realidad aumentada o códigos QR.

### **3. La adicción al móvil como problemática social**

La incorporación de los dispositivos móviles en la sociedad y la gran aceptación por parte de ésta ha supuesto un gran impacto en la forma de relacionarse de las personas, produciendo cambios en las culturas, canales de comunicación, formas de sociabilización, etc.

De esta rápida incorporación de la tecnología móvil y, a su vez, de su gran desarrollo se derivan multitud de consecuencias positivas aunque también un considerable número de consecuencias negativas que una gran parte de la sociedad desconoce y puede padecer sin ser consciente de ello.

Siguiendo esta línea se entiende por adicción a la problemática social asociada y caracterizada por la dificultad para controlar el impulso de llevar a cabo una determinada conducta, cuya repetición o abuso causa graves problemas personales y de adaptación (Echeburúa, De Corral y Amor, 2005). Aunque el término adicción suele asociarse a sustancias como la droga o el alcohol existen otro tipo de adicciones, las llamadas “adicciones comportamentales” en la que la dependencia no se genera por la ingesta de sustancias sino por el uso de objetos o actividades placenteras como, por ejemplo, el uso del teléfono móvil, realizar deporte constantemente, entre otros.

Según el estudio desarrollado por la Comisión Europea en colaboración con la ONG Protégeles sobre conductas patológicas en las nuevas tecnologías, la media europea de adolescentes en riesgo de desarrollar una adicción hacia las nuevas tecnologías es de 12,7%, situándose la media española la más alta de Europa pudiendo alcanzar una puntuación de 21.3%, (Europa Press, 2013).

De este modo, el perfil mayoritario de personas adictas a los dispositivos móviles está compuesto por los adolescentes, sin embargo, cada vez es mayor el número de adultos

que utilizan esta herramienta excesivamente. Mientras que el uso del smartphone por parte de los adolescentes mayoritariamente gira en torno a las redes sociales, mensajería, navegar por internet, acceder a juegos y otras apps (Castellana y otros, 2007). En cambio el uso de esta misma herramienta por parte de los adultos se centra en recibir llamadas y mensajes, navegar en la red y acceder al correo electrónico (Ditrendia, 2016).

Independientemente del uso al que quede limitado, tanto adolescentes como adultos dedican una buena parte del tiempo únicamente al móvil, unos 177 minutos al día según el informe ditrendia (2016) que recoge datos sobre su utilización en España y en el mundo. Cifra que en ocasiones puede quedarse corta, al estar pegados al dispositivo móvil desde que nos levantamos hasta que nos acostamos.

Como cualquier uso abusivo de una sustancia u objeto, la adicción al móvil provoca consecuencias y síntomas en la personas, entre los que destacan: incapacidad para interrumpir el uso en situaciones en las que priorizan otros elementos, ansiedad, cometer infracciones como consecuencia de su uso a pesar de su prohibición, alteraciones del sueño, problemas en el ámbito social, laboral, escolar y familiar (Pedrero, Rodríguez y Ruiz, 2012).

En definitiva, los canales de comunicación y las formas de sociabilización están viéndose gravemente afectadas por los dispositivos digitales móviles, hasta el punto que algunas personas se sociabilizan mejor mediante esta herramienta que cara a cara.

#### **4. Conclusiones**

A lo largo de este escrito se ha puesto de manifiesto diferentes conceptos asociados al uso de los dispositivos digitales móviles, entre los que se ha resaltado su introducción en la sociedad, aplicabilidad a la educación y la adicción que pueden llegar a generar. Aunque estas posiciones pueden sonar contrapuestas, sobre todo la relacionada con su implementación en la educación y la adicción asociada a ellos, deben ser complementarias. De tal forma, que su introducción en los métodos de enseñanza como un recurso más a disposición del docente sea una forma de solucionar el problema de su uso indebido durante las clases.

En este sentido, como se ha mencionado anteriormente, el uso de los dispositivos digitales móviles en el aula llevan implícito cierto componente motivacional en el estudiantado que puede incidir de forma positiva en el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por otro lado, también se educaría en su buen uso, a partir del establecimiento de tiempos destinados a su utilización. Además con su aplicación el docente puede indagar en la utilización que hacen en sus hogares y establecer pautas de autorregulación para evitar comportamientos obsesivos que acaben en adicción.

En consecuencia, debemos quitarnos los estigmas asociados a las maldades de las nuevas tecnologías, puesto que como en todo el abuso excesivo es perjudicial. De tal modo, que centremos nuestros esfuerzos en implementar los dispositivos digitales móviles a la educación en lugar de prohibirlos y no sacar rentabilidad a todo el potencial que nos ofrecen.

## Referencias

Castellana, M., Sánchez, X., Graner, C. y Beranuy, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 196-204.

Ditrendia (2016). *Informe ditrendia 2016: Mobile en España y en el Mundo*. Recuperado de [http://www.amic.media/media/files/file\\_352\\_1050.pdf](http://www.amic.media/media/files/file_352_1050.pdf)

Echeburúa, E., De Corral, P. y Amor, P.J. (2005). El reto de las nuevas adicciones: objetivos terapéuticos y vías de intervención. *Psicología conductual: Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 3, 511-528.

Europa Press (2013, 15 de enero). *España, líder europeo en adicción adolescente a Internet*. Recuperado de <http://www.elmundo.es/elmundosalud/2013/01/15/psiquiatriainfantil/1358277028.html>

Fombona, J. y Pascual, M.A. (2013). Beneficios del m-learning en la Educación Superior. *Educatio Siglo XXI*, 31(2), 211-234.

- Herrera, S., Goñi, J., Fennema, M. y Morales, M. (2013). M-learning en la universidad: marco de análisis. Aplicaciones móviles como objetos de aprendizaje. En C. Caluva., S.M. Aranguren y R. Muzachiodi (Comps.), *XV Workshop de Investigadores en Ciencias de la Computación. Memoria de trabajos* (pp. 1112-1115). Panamá: Universidad Autónoma de Entre Ríos.
- Mora, F. (2013). El mobile learning y algunos de sus beneficios. *Revista CAES*, 4(1), 47-67.
- Pedrero, E.J., Rodríguez, M.T. y Ruiz, J.M. (2012). Adicción o abuso del teléfono móvil. Revisión de la literatura. *Adicciones*, 24(2), 139-152.
- Rodríguez, M.A. y Muñoz, E.M. (2016). La enseñanza mobile learning en geografía: los códigos "QR". En R. Sebastiá y E.A. Tonda (Coords.), *Congreso Ibérico de Didáctica de la Geografía: La investigación e innovación en la enseñanza de la geografía. Libro de actas* (pp. 405-418). Alicante: Universidad de Alicante.
- Romero, J.M. (2016). Gestión del conocimiento en las organizaciones: una estrategia que suma. En Martínez, J.C. (Coord.), *IV Congreso Internacional online sobre Transformación e Innovación en las Organizaciones. Libro de actas* (pp. 1-6). Málaga: Universidad de Málaga.
- Suárez, R., Crescenzi, L. y Grané, M. (2013). Análisis del entorno colaborativo creado para una experiencia de mobile learning. *TESI*, 14(1), 101-122.
- Torres, J.C., Infante, A., & Torres, P.V. (2015). Mobile learning: perspectives. *RUSC. Universities and Knowledge Society Journal*, 12(1), 38-49. doi:10.7238/rusc.v12i1.1944