Ús problemàtic del smartphone i rendiment acadèmic: què revela PISA 2025 sobre la distracció digital i què diuen els estudis.

La publicació dels resultats de PISA 2025 torna a situar el rendiment educatiu i la creixent digitalització de la vida adolescent en el centre del debat. A Espanya, l'alumnat ha obtingut una puntuació mitjana de 477 punts en competència científica, significativament inferior a la mitjana de l'OCDE, mentre que en comprensió lectora es situa també significativament per davall tant de l'OCDE com del conjunt de la Unió Europea, a diferència de l'ocorregut a PISA 2022 (Ministeri d'Educació, Formació Professional i Esports, 2026).

Juntament amb les competències tradicionals, la nova edició presta una atenció especial a l'entorn digital. De fet, PISA 2025 incorpora per primera vegada l'Aprenentatge en el Món Digital (Learning in the Digital World) com a competència innovadora, entesa com la capacitat de participar en processos autoregulats de construcció del coneixement i resolució de problemes mitjançant ferramentes i pràctiques computacionals. Des d'esta perspectiva, la tecnologia no constituiria per si mateixa un obstacle per a l'aprenentatge: pot contribuir a l'autonomia, la recerca d'informació i la resolució de problemes quan s'utilitza de manera productiva (Ministeri d'Educació, Formació Professional i Esports, 2026).

No obstant això, els resultats mostren que la presència de dispositius digitals també planteja desafiaments relacionats amb l'atenció. A Espanya, quasi tres de cada deu estudiants espanyols perceben que la distracció associada a l'ús de recursos digitals és freqüent en les seues classes de ciències (Ministeri d'Educació, Formació Professional i Esports, 2026). La xifra s'aproxima a la mitjana de l'OCDE i suposa una reducció respecte a 2022, quan aconseguia el 32,8%. El propi informe planteja que esta disminució podria estar relacionada, almenys parcialment, amb l'avanç de les mesures de regulació de l'ús del telèfon mòbil en els centres educatius, encara que adverteix expressament que estes dades no permeten establir una relació causal directa (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2026).

Els dispositius digitals ocupen, a més, una part important del temps lliure dels adolescents. L'alumnat espanyol declara dedicar una mitjana de 1,8 hores diàries a l'oci

digital fora del centre en els dies lectius, xifra que ascendeix fins a 3 hores diàries durant els caps de setmana (Ministeri d'Educació, Formació Professional i Esports, 2026). No obstant això, estes dades no impliquen que un determinat nombre d'hores de pantalla constituïsca per si mateix una conducta addictiva. La investigació recent assenyala precisament la necessitat de diferenciar entre temps d'utilització, finalitat d'ús i ús problemàtic del dispositiu (Paterna et al., 2024; Pyhältö et al., 2025). Esta distinció és abordada específicament per Paterna et al. (2024) en una revisió sistemàtica i metaanàlisi sobre la relació entre l'ús problemàtic del telèfon i el rendiment acadèmic. Els autors descriuen l'ús problemàtic del mòbil com un patró conductual multidimensional que pot incloure símptomes psicològics, com la prominència del dispositiu o la pèrdua de control, i altres manifestacions associades a la tolerància i l'abstinència (Paterna et al., 2024). Els seus resultats van mostrar una associació negativa i estadísticament significativa entre l'ús problemàtic del telèfon intel·ligent i el rendiment acadèmic (Paterna et al., 2024). No obstant això, els mateixos autors advertixen d'una limitació fonamental: els estudis disponibles en el metaanàlisi eren de naturalesa transversal, per la qual cosa no permeten establir causalitat (Paterna et al., 2024).

La importància de diferenciar entre diferents formes d'utilització del telèfon intel·ligent es reforça en la revisió sistemàtica de Pyhältö et al. (2025). Els autors van analitzar 34 estudis sobre alumnat d'entre 7 i 18 anys i van trobar que les associacions entre l'ús del telèfon intel·ligent o de les xarxes socials per a activitats alienes a les tasques acadèmiques i el rendiment eren negatives en la majoria dels estudis revisats (Pyhältö et al., 2025). Els resultats van ser especialment consistents quan es va analitzar l'ús problemàtic o addictiu. En particular, els patrons problemàtics i addictius de telèfon intel·ligent i xarxes socials van ser els que van mostrar relacions negatives més consistents amb el rendiment. Entre els treballs inclosos en la revisió es troba una investigació realitzada a Espanya amb 501 estudiants d'entre 12 i 18 anys, en la qual els qui mostraven nivells baixos o moderats d'ús del telèfon mòbil van obtindre millors qualificacions en Llengua Castellana i Literatura, Matemàtiques i Educació Física que els qui presentaven nivells elevats d'ús (Bravo-Sánchez et al., 2021).

Els mecanismes plantejats coincideixen, a més, amb els descrits per Paterna et al. (2024). El temps dedicat al telèfon intel·ligent i les xarxes socials durant els dies lectius pot

afavorir la procrastinació, mentre que la multitasca i el canvi continu d'activitat poden interrompre la concentració sostinguda necessària per a adquirir nous aprenentatges (Pyhältö et al., 2025).

Igual que en el metaanàlisi anterior, la prudència és necessària a l'hora d'interpretar estos resultats. Els estudis inclosos van ser fonamentalment correlacionals o de cohort, molts es van recolzar en mesures autoinformades de l'ús del telèfon intel·ligent i la representativitat de les mostres i el control de variables de confusió van ser desiguals (Pyhältö et al., 2025).

En conjunt, els resultats de PISA 2025 i la literatura científica dibuixen una realitat més complexa que una simple oposició entre pantalles i aprenentatge. La tecnologia digital forma ja part dels entorns educatius i pot facilitar processos d'aprenentatge, accés a la informació i resolució de problemes. No obstant això, la distracció digital, l'ús recreatiu durant les activitats acadèmiques i, especialment, els patrons problemàtics o addictius d'utilització del smartphone i les xarxes socials apareixen associats de manera consistent amb un pitjor rendiment acadèmic.

PISA 2025 posa precisament el focus en la necessitat d'aprendre a desembolicar-se en un entorn cada vegada més digital i de desenrotllar competències d'autoregulació. A la llum dels resultats disponibles, el desafiament educatiu no sembla residir exclusivament a reduir el temps enfront de les pantalles, sinó a promoure hàbits digitals saludables i estratègies que permeten utilitzar la tecnologia sense que esta competisca de manera constant amb l'atenció, la concentració i l'aprenentatge.

Referències

Bravo-Sánchez, A., Morán-García, J., Abián, P., López-Martín, S., Jiménez, R., & Abián-Vicén, J. (2021). Association of the use of the mobile phone with physical fitness and academic performance: A cross-sectional study. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(3), 1042.

Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes. (2026). PISA 2025: Programa para la Evaluación Internacional de los Estudiantes. Informe español. Secretaría General Técnica.

Paterna, A., Alcaraz-Ibáñez, M., Aguilar-Parra, J. M., Salavera, C., Demetrovics, Z., &

Griffiths, M. D. (2024). Problematic smartphone use and academic achievement: A systematic review and meta-analysis. Journal of Behavioral Addictions, 13(2), 313–326. https://doi.org/10.1556/2006.2024.00014

Pyhältö, K., Rekola, H., Salovuori, S., Kosola, S., & Anttila, H. (2025). The relationship between academic achievement and off-task social media and smartphone usage: Evidence from a systematic literature review. Acta Psychologica, 260, 105645. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105645