

Italia, popolazione stabile solo grazie all'immigrazione. Natalità ai minimi e Paese sempre più anziano

Continua il calo della fecondità (1,14 figli per donna), 440 mila le migrazioni dall'estero. 144 mila le emigrazioni degli italiani all'estero nel 2025.

(redazionale) Roma, 01/04/2026 - L'Italia continua a perdere popolazione per effetto del calo delle nascite e dell'invecchiamento, ma riesce a mantenere una sostanziale stabilità demografica grazie all'apporto dell'immigrazione. È il quadro che emerge dall'ultimo [rapporto Istat](#) sugli indicatori demografici riferiti al 2025.

Il dato più critico resta quello della natalità: i nuovi nati sono stati appena 355mila, mentre i decessi si mantengono su livelli elevati (652mila). Il saldo naturale resta quindi fortemente negativo, vicino alle 300mila unità. Parallelamente continua a scendere la fecondità, che si attesta a 1,14 figli per donna, uno dei valori più bassi in Europa e ben lontano dalla soglia di sostituzione generazionale.

In questo contesto, l'unico fattore che consente di contenere il calo complessivo della popolazione è rappresentato dalla dinamica migratoria. Nel 2025 si registrano circa 440mila immigrazioni dall'estero, a fronte di 144mila emigrazioni, con un saldo migratorio positivo di +296mila persone. Un contributo decisivo, senza il quale il declino demografico sarebbe ancora più marcato.

Cresce la componente straniera, cala quella italiana - Al 1° gennaio 2026, la popolazione straniera residente raggiunge i 5 milioni e 560mila individui, pari al 9,4% del totale, con un incremento di 188mila unità rispetto all'anno precedente (+3,5%). La crescita è trainata soprattutto dal saldo migratorio con l'estero (+348mila), cui si affianca anche un saldo naturale positivo (+36mila). Va considerato inoltre il ruolo delle acquisizioni di cittadinanza italiana (196mila nel 2025), che riducono formalmente la popolazione straniera pur trattandosi di persone che continuano a vivere nel Paese. Di segno opposto la dinamica della popolazione italiana, che scende a 53 milioni e 383mila residenti, con una perdita di 189mila unità. Il calo è determinato principalmente da un saldo naturale fortemente negativo (-333mila), a cui si aggiunge un saldo migratorio con l'estero negativo (-53mila), tra espatri e rimpatri. Il fenomeno interessa tutto il territorio nazionale, ma colpisce in modo più accentuato il Mezzogiorno, dove si registra la perdita maggiore di residenti italiani (-118mila).

Distribuzione territoriale: Nord più attrattivo - La presenza straniera si conferma fortemente concentrata nelle aree economicamente più dinamiche del Paese. Nel Nord risiede il 58,1% degli stranieri (oltre 3,2 milioni), con un'incidenza dell'11,7% sulla popolazione locale. Nel Centro la quota è pari al 24,2% (1,34 milioni), con un'incidenza dell'11,5%, mentre nel Mezzogiorno la presenza è più contenuta (17,7% del totale) e rappresenta solo il 5% dei residenti. Questo squilibrio territoriale riflette le opportunità occupazionali e la struttura economica del Paese, che continua ad attrarre maggiormente i flussi migratori nelle regioni settentrionali.

Cittadinanze in flessione, ma integrazione consolidata - Nel 2025 le acquisizioni della cittadinanza italiana scendono a 196mila, in calo rispetto ai 214mila del 2023 e ai 217mila del 2024. La diminuzione è legata principalmente alle modifiche normative introdotte nel 2025, che hanno ristretto i criteri per il riconoscimento della cittadinanza iure sanguinis. Nonostante la flessione, il numero resta elevato e testimonia un livello ormai strutturale di integrazione. Le comunità più coinvolte sono quelle albanese (26mila acquisizioni), marocchina (23mila) e rumena (16mila), che insieme rappresentano circa un terzo del totale. Il confronto con l'anno precedente evidenzia cali significativi tra diverse comunità storiche, mentre si registrano aumenti tra cittadini provenienti da Pakistan, Filippine e Romania.

Flussi migratori: calano gli ingressi, ma crollano soprattutto le partenze - Le immigrazioni dall'estero, pari a circa 440mila nel 2025, risultano in lieve diminuzione (-2,6%). Il calo riguarda sia gli stranieri (383mila ingressi) sia i rimpatri degli italiani (56mila). Si riducono in particolare i flussi dall'Europa centro-orientale e dall'America centro-meridionale, mentre risultano più stabili quelli dall'Africa. In controtendenza invece i flussi dall'Asia, che crescono in modo significativo (+18,6%), trainati soprattutto da Bangladesh, India e Pakistan. Molto più marcata è invece la diminuzione delle emigrazioni: nel 2025 si registrano 144mila espatri (-23,7%), il livello più basso dell'ultimo decennio. La contrazione riguarda sia i cittadini italiani (109mila) sia gli stranieri. La riduzione è in parte legata anche a fattori normativi: nel 2024 si era registrato un picco di iscrizioni all'AIRE dovuto a nuove disposizioni,

che ha inciso sul confronto tra i due anni. L'Unione europea resta la principale destinazione degli italiani che lasciano il Paese, anche se in calo, con una diminuzione significativa verso Germania e Regno Unito.

Italia in linea con le dinamiche europee - La mobilità dei cittadini italiani all'estero si inserisce in un quadro europeo più ampio: il tasso migratorio degli italiani è pari a -1,5 per mille, in linea con Paesi come Belgio e Svizzera e meno negativo rispetto alla Svezia. Anche Germania, Francia e Austria registrano saldi negativi, mentre la Spagna rappresenta un'eccezione con un saldo leggermente positivo.

Un Paese sempre più longevo e anziano - A completare il quadro contribuisce l'elevata speranza di vita, tra le più alte in Europa: nel 2025 raggiunge 81,7 anni per gli uomini e 85,7 per le donne.

Il risultato complessivo è quello di un Paese che continua a invecchiare e in cui la dinamica demografica interna non è più in grado di garantire il ricambio generazionale. In questo scenario, l'immigrazione si conferma un fattore strutturale e decisivo per la tenuta demografica dell'Italia.

Scarica il [rapporto Istat](#)