

5. LA POBLACIÓN DE LOS MUNICIPIOS DE LA RIOJA

5.1 Población y distribución de los municipios por número de habitantes

Según los censos de población anuales que publica el INE, La Rioja cuenta con 174 municipios en los que residen los 326.803 habitantes a 1 de enero de 2025. Su reparto es muy desequilibrado, pues el 60,0% de los residentes vive en el área metropolitana de Logroño, es decir, 196.020 personas, un 0,9% más que un año antes. En contraposición con un 1,0% de riojanos que viven en alguno de los 64 núcleos de menos de 100 habitantes.

Si se analiza con detalle la evolución en el último año del reparto demográfico en nuestra región, es destacable que el mayor aumento de población parece producirse en los núcleos entre 1001 y 2000 habitantes (10,6%). Lo mismo sucede en el caso de los municipios de menos de 101 habitantes que incrementan su población un 5,1%. En el extremo opuesto, el único descenso se ha dado en los municipios que cuentan entre 101 y 500 habitantes (-0,8%) y aquellos cuya población se encuentra entre los 501 y 1000 habitantes (-12,8%).

Al centrar el estudio demográfico en los municipios con más de 3.000 habitantes, encontramos que en 2025 los mayores crecimientos se han dado en Lardero (3,3%), Albelda de Iregua (2,0%), y Nájera (1,9%), los dos primeros en el área metropolitana de la capital.

Por el contrario, los únicos municipios mayores de 3000 habitantes que han perdido población en el último año han sido Pradejón junto con Arnedo (-0,5%) y Fuenmayor (-0,1%).

Si ampliamos el análisis demográfico a toda la región, un total de 74 municipios presentan descensos anuales de población en 2025, mientras que 86 suben y 14 permanecen igual que en 2024. Villarroya es el municipio que registra el mayor crecimiento, igual a un 125,0%, pasando de 4 habitantes en 2024 a 9 en 2025. Con un crecimiento también muy significativo (50,0%) se encuentra Cellorigo, municipio en el que residían 10 habitantes en 2024 y donde en 2025 eran 15.

	2024			2025			% Variación Pobl.	
	Población	% Partic.	nº municipios	Población	% Partic.	nº municipios	24/23	25/24
Total	324.184	100,0	174	326.803	100,0	174	0,6	0,8
Menos de 101	3.165	1,0	63	3.325	1,0	64	-8,1	5,1
de 101 a 500	17.035	5,3	71	16.899	5,2	70	1,3	-0,8
De 501 a 1.000	7.109	2,2	10	6.200	1,9	9	0,5	-12,8
de 1.001 a 2.000	11.789	3,6	9	13.037	4,0	10	0,8	10,6
De 2.001 a 5.000	36.793	11,3	12	37.087	11,3	12	0,5	0,8
De 5.001 a 10.000	33.541	10,3	4	33.953	10,4	4	1,2	1,2
de 10.001 a 20.000	38.831	12,0	3	39.329	12,0	3	1,4	1,3
De 20.001 a 50.000	25.076	7,7	1	25.292	7,7	1	0,2	0,9
De 50.001 a 100.000								
de 100.001 a 500.000	150.845	46,5	1	151.681	46,4	1	0,4	0,6

FUENTE: Censo de Población (INE)

Con un comportamiento opuesto, es decir, con pérdidas de población se encuentran 74 municipios, de los que 6 han visto reducida su población más de un 10%.

Terroba ha perdido el 20,5% de su población, pasando de 39 habitantes en 2024 a 31 en 2025. Con disminuciones iguales o superiores al 10% se encuentran Bergasillas Bajera (-15,8%), Robres del Castillo (-12,5%). Canillas de Río Tuerto (-11,6%), Villaverde de Rioja (-10,7%) y Manjarrés (-10,2%).

	2023	2024	2025	% Variación	
				25/23	25/24
Logroño	150.206	150.845	151.681	1,0	0,6
Calahorra	25.025	25.076	25.292	1,1	0,9
Arnedo	15.157	15.147	15.076	-0,5	-0,5
Haro	11.750	11.968	12.153	3,4	1,5
Lardero	11.371	11.716	12.100	6,4	3,3
Alfaro	9.821	9.864	9.969	1,5	1,1
Villamediana de Iregua	8.998	9.177	9.243	2,7	0,7
Nájera	8.050	8.155	8.313	3,3	1,9
Sto. Domingo de la Calzada	6.280	6.345	6.428	2,4	1,3
Autol	4.811	4.855	4.925	2,4	1,4
Rincón de Soto	4.025	4.035	4.035	0,2	0,0
Albelda de Iregua	3.739	3.874	3.953	5,7	2,0
Pradejón	3.793	3.735	3.715	-2,1	-0,5
Fuenmayor	3.255	3.273	3.270	0,5	-0,1
Navarrete	3.021	3.033	3.066	1,5	1,1

FUENTE: Censo de Población (INE)

5.2. Composición de la población por edad

Comparando la estructura por edades de las poblaciones de más de 3.000 habitantes puede verse cuáles son los municipios más envejecidos o cuáles cuentan con mayor porcentaje de población joven.

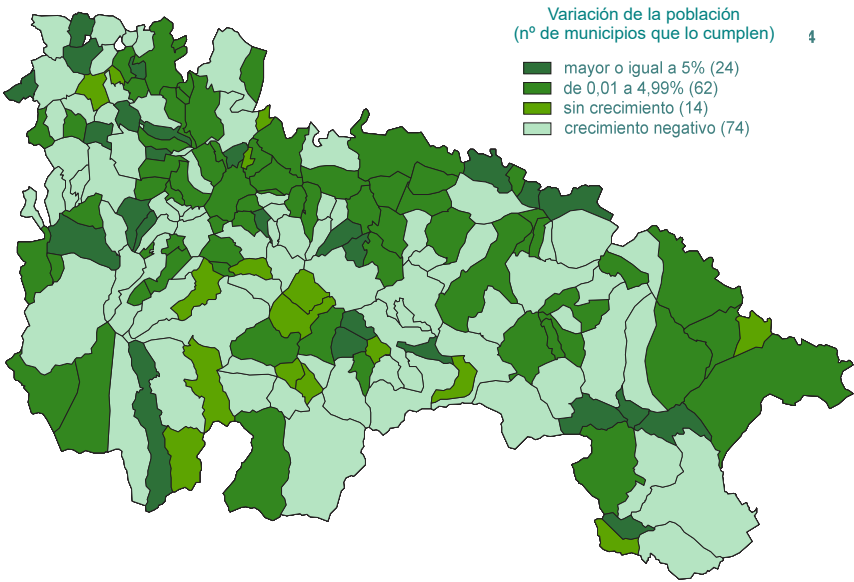
Autol se sitúa a la cabeza con el mayor porcentaje de población menor de 15 años, igual al 17,4% y el porcentaje de mayores de 64 años residentes en este municipio alcanza el 17,6%. Le sigue, en cuanto a la juventud de sus residentes Villamediana de Iregua, donde el 17,0% de sus habitantes es menor de 15 años, a la vez que 10,4% sobrepasa los 64 años.

Entre los municipios con mayor peso del colectivo de 65 o más años destacan Santo Domingo de la Calzada (23,6%), Alfaro (23,3%) y Logroño (23,1%).

Entre las localidades con el porcentaje más bajo de personas menores de 15 años, se encuentran Logroño junto con Fuenmayor (12,9%) y Nájera (13,3%).

Al introducir la nacionalidad, los datos reflejan el envejecimiento de la población española. De hecho, en la mayoría de los municipios más del 20% de sus habitantes tiene a partir de 65

Variación de la población de los municipios de La Rioja. Años 2022/2024



años, a excepción de Navarrete (19,5%), Lardero (15,8%) y Villamediana de Iregua (11,0%). Por el contrario, entre la población extranjera este colectivo supone menos del 5% en todos los municipios, salvo en Albelda de Iregua (6,5%), Villamediana de Iregua (6,1%), Arnedo junto con Lardero (6,0%), Fuenmayor (5,7%), Logroño (5,4%) y Navarrete (5,2%).

5.3. Composición de la población por nacionalidad

Entre los municipios de más de 3.000 habitantes, Pradejón (34,9%) y Autol (31,8%) son, un año más, las localidades con mayor porcentaje de extranjeros. En el último año todos los municipios han incrementado su población de extranjeros a excepción de Fuenmayor (-1,3%), Arnedo (-1,9%) y Rincón de Soto (-2,3%). Sin embargo, entre las que más aumenta su población extranjera, destacamos Haro (11,9%), Navarrete (11,7%) y Nájera (10,7%).

Los menores pesos relativos de extranjeros en 2025 se dan en las localidades de Navarrete (9,4%), Fuenmayor (11,9%) y Logroño que cuenta entre sus habitantes con un 12,7% de extranjeros, 2 décimas más en relación a 2024, año en el que tenía un 12,5% de extranjeros.

	TOTAL			Española			Extranjera		
	< de 15	15 - 64	65 y más	< de 15	15 - 64	65 y más	< de 15	15 - 64	65 y más
Logroño	19.605	97.056	35.020	16.597	81.850	33.973	3.008	15.206	1.047
Calahorra	3.560	16.724	5.008	2.720	12.837	4.808	840	3.887	200
Arnedo	2.031	9.708	3.337	1.536	7.523	3.167	495	2.185	170
Haro	1.630	7.933	2.590	1.338	6.707	2.516	292	1.226	74
Lardero	1.951	8.409	1.740	1.651	7.030	1.632	300	1.379	108
Alfaro	1.440	6.204	2.325	1.175	5.084	2.279	265	1.120	46
Villamediana de Iregua	1.574	6.712	957	1.423	5.733	883	151	979	74
Nájera	1.103	5.316	1.894	827	4.331	1.834	276	985	60
Sto. Domingo de la Calzada	888	4.026	1.514	683	3.151	1.470	205	875	44
Autol	856	3.200	869	523	2.009	826	333	1.191	43
Rincón de Soto	571	2.634	830	396	1.976	801	175	658	29
Albelda de Iregua	580	2.580	793	468	2.044	748	112	536	45
Pradejón	541	2.527	647	300	1.513	605	241	1.014	42
Fuenmayor	422	2.230	618	355	1.931	596	67	299	22
Navarrete	412	2.098	556	369	1.869	541	43	229	15

FUENTE: Censo de Población (INE)

Independientemente de la población, Torrecilla sobre Alesanco (43,1%), Ausejo (37,3%), Pradejón (34,9%), Cañas (33,7%), Autol (31,8), Grávalos (31,2%), Gimileo (31,0%) y El Villar de Arnedo (30,8%) son los municipios riojanos en los que la comunidad extranjera supone más del 30% de la población.

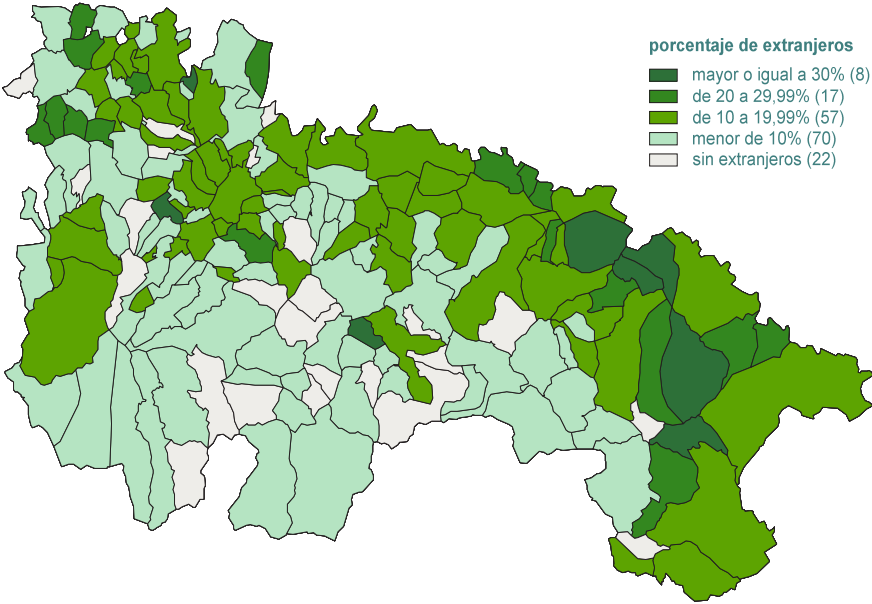
En el lado opuesto, hay 22 municipios riojanos en los que en 2025 no reside ningún extranjero y otros 30 en los que representan menos del 5% de la población.

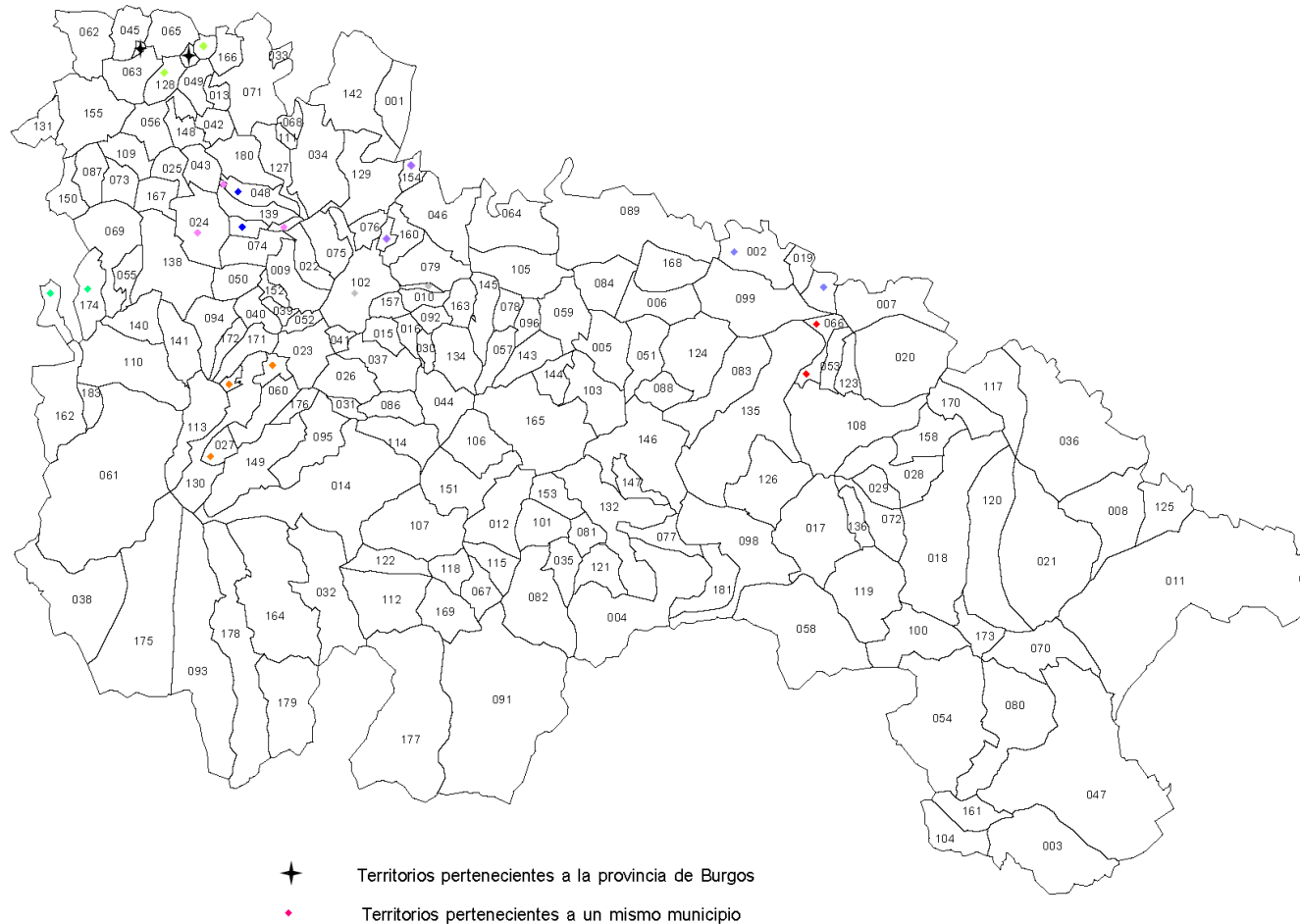
	2023			2024			2025		
	Total	Extranj.	%	Total	Extranj.	%	Total	Extranj.	%
Logroño	150.206	17.894	11,9	150.845	18.798	12,5	151.681	19.261	12,7
Calahorra	25.025	4.642	18,5	25.076	4.860	19,4	25.292	4.927	19,5
Arnedo	15.157	2.879	19,0	15.147	2.906	19,2	15.076	2.850	18,9
Haro	11.750	1.274	10,8	11.968	1.423	11,9	12.153	1.592	13,1
Lardero	11.371	1.579	13,9	11.716	1.691	14,4	12.100	1.787	14,8
Alfaro	9.821	1.287	13,1	9.864	1.364	13,8	9.969	1.431	14,4
Villamediana de Iregua	8.998	1.097	12,2	9.177	1.186	12,9	9.243	1.204	13,0
Nájera	8.050	1.106	13,7	8.155	1.193	14,6	8.313	1.321	15,9
Sto. Domingo de la Calzada	6.280	972	15,5	6.345	1.042	16,4	6.428	1.124	17,5
Autol	4.811	1.503	31,2	4.855	1.518	31,3	4.925	1.567	31,8
Rincón de Soto	4.025	843	20,9	4.035	882	21,9	4.035	862	21,4
Albelda de Iregua	3.739	539	14,4	3.735	646	17,3	3.953	693	17,5
Pradejón	3.793	1.338	35,3	3.874	1.297	33,5	3.715	1.297	34,9
Fuenmayor	3.255	352	10,8	3.273	393	12,0	3.270	388	11,9
Navarrete	3.021	243	8,0	3.033	257	8,5	3.066	287	9,4

FUENTE: Censo de Población (INE)

Porcentaje de población extranjera en los municipios de La Rioja. Año 2025

Porcentaje de extranjeros





Loaigos municipales

26001	Ábalos	26045	Cellorigo	26091	Lumbreras	26139	San Torcuato
26002	Agoncillo	26046	Cenicero	26092	Manjarrés	26140	Santurde de Rioja
26003	Aguilar del Río Alhama	26047	Cervera del Río Alhama	26093	Mansilla de la Sierra	26141	Santurdejo
26004	Ajamil de Cameros	26048	Cidamón	26094	Manzanares de Rioja	26142	San Vicente de la Sonsierra
26005	Albelda de Iregua	26049	Cihuri	26095	Matute	26143	Sojuela
26006	Alberite	26050	Cirueña	26096	Medrano	26144	Sorzano
26007	Alcanadre	26051	Clavijo	26098	Munilla	26145	Sotés
26008	Aldeanueva de Ebro	26052	Cordovín	26099	Murillo de Río Leza	26146	Soto en Cameros
26009	Alesanco	26053	Corera	26100	Muro de Aguas	26147	Terroba
26010	Alesón	26054	Cornago	26101	Muro en Cameros	26148	Tirgo
26011	Alfaro	26055	Corporales	26102	Nájera	26149	Tobía
26012	Almarza de Cameros	26056	Cuzcurrita de Río Tirón	26103	Nalda	26150	Tormantos
26013	Anguciana	26057	Daroca de Rioja	26104	Navajún	26151	Torrecilla en Cameros
26014	Anguiano	26058	Enciso	26105	Navarrete	26152	Torrecilla sobre Alesanco
26015	Arenzana de Abajo	26059	Entrena	26106	Nestares	26153	Torre en Cameros
26016	Arenzana de Arriba	26060	Estollo	26107	Nieva de Cameros	26154	Torremontalbo
26017	Arnedillo	26061	Ezcaray	26108	Ocón	26155	Treviana
26018	Arnedo	26062	Foncea	26109	Ochánduri	26157	Tricio
26019	Arrúbal	26063	Fonzaleche	26110	Ojacastro	26158	Tudelilla
26020	Ausejo	26064	Fuenmayor	26111	Ollauri	26160	Uruñuela
26021	Autol	26065	Galbarruli	26112	Ortigosa de Cameros	26161	Valdemadera
26022	Azofra	26066	Galilea	26113	Pazuengos	26162	Valgañón
26023	Badarán	26067	Gallinero de Cameros	26114	Pedroso	26163	Ventosa
26024	Bañares	26068	Gimileo	26115	Pinillos	26164	Ventrosa
26025	Baños de Rioja	26069	Grañón	26117	Pradejón	26165	Viguera
26026	Baños de Río Tobía	26070	Grávalos	26118	Pradillo	26166	Villalba de Rioja
26027	Berceo	26071	Haro	26119	Préjano	26167	Villalobar de Rioja
26028	Bergasa	26072	Herce	26120	Quel	26168	Villamediana de Iregua
26029	Bergasillas Bajera	26073	Herramélluri	26121	Rabanera	26169	Villanueva de Cameros
26030	Bezares	26074	Hervías	26122	Rasillo de Cameros (El)	26170	Villar de Arnedo (El)
26031	Bobadilla	26075	Hormilla	26123	Redal (El)	26171	Villar de Torre
26032	Brieva de Cameros	26076	Hormilleja	26124	Ribafrecha	26172	Villarejo
26033	Briñas	26077	Hornillos de Cameros	26125	Rincón de Soto	26173	Villarroya
26034	Briones	26078	Hornos de Moncalvillo	26126	Robres del Castillo	26174	Villarta-Quintana
26035	Cabezón de Cameros	26079	Huércanos	26127	Rodezno	26175	Villavelayo
26036	Calahorra	26080	Igea	26128	Sajazarra	26176	Villaverde de Rioja
26037	Camprovín	26081	Jalón de Cameros	26129	San Asensio	26177	Villoslada de Cameros
26038	Canales de la Sierra	26082	Laguna de Cameros	26130	San Millán de la Cogolla	26178	Viniegra de Abajo
26039	Canillas de Río Tuerto	26083	Lagunilla del Jubera	26131	San Millán de Yécora	26179	Viniegra de Arriba
26040	Cañas	26084	Lardero	26132	San Román de Cameros	26180	Zarratón
26041	Cárdenas	26086	Ledesma de la Cogolla	26134	Santa Coloma	26181	Zarzosa
26042	Casalarreina	26087	Leiva	26135	Santa Engracia del Jubera	26183	Zorraquín
26043	Castañares de Rioja	26088	Leza de Río Leza	26136	Santa Eulalia Bajera		
26044	Castroviejo	26089	Logroño	26138	Santo Domingo de la Calzada		