

Tra il XVI e il XVII secolo in tutta l'area nord-adriatica guerre, carestie ed epidemie provocano un forte calo della popolazione. Nel Friuli veneto gli abitanti passano da circa 250.000 nel 1561 a 92.000 nel 1602, per poi risalire a 121.000 nel 1640.

Dopo la peste del 1348 e una temporanea ripresa nel Quattrocento, l'Istria affronta una nuova fase di declino nel Cinquecento. Le politiche di ripopolamento avviate dai governi veneziano e austriaco vengono vanificate dalle guerre e dalla peste del 1630-1631. Nel 1635 la popolazione istriana scende a circa 45-50.000 abitanti. Molte città appaiono quasi deserte: Capodistria perde oltre metà dei suoi abitanti, Parenzo si riduce a poche centinaia di persone e Pola conta appena una quarantina di residenti. Questa crisi provocò un profondo rimescolamento della popolazione. L'Istria era da secoli una terra di incontri e migrazioni: vi giungevano toscani, romagnoli, marchigiani, friulani, veneziani e altri gruppi provenienti dai territori della Serenissima.

La novità dell'età moderna è che i trasferimenti di popolazione vengono organizzati direttamente dai governi, veneziano e asburgico, per contrastare lo spopolamento. Dopo il fallimento dei tentativi effettuati con coloni provenienti dall'Italia settentrionale, si ricorre soprattutto ai profughi cristiani in fuga dall'avanzata ottomana nei Balcani: albanesi, croati, serbi, rumeni, greci e i cosiddetti "morlacchi". Tra questi vi sono anche i "cici", pastori di origine rumena insediati nelle zone più impervie del Carso. L'arrivo dei nuovi coloni provoca inizialmente tensioni e conflitti con gli abitanti locali, tuttavia la maggior parte degli immigrati finisce per integrarsi, contribuendo al rafforzamento della componente slavofona nelle campagne istriane. Nelle città costiere, nuovi immigrati come i veneto-cretesi giunti dopo la caduta di Candia, favoriscono la ripresa demografica. Nella seconda metà del Seicento l'emergenza può ormai considerarsi superata.