

# Islas Cook

La Oficina de Información Diplomática del Ministerio de Asuntos Exteriores, Unión Europea y Cooperación pone a disposición de los profesionales de los medios de comunicación y del público en general la presente ficha país. La información contenida en esta ficha país es pública y se ha extraído de diversos medios, no defendiendo posición política alguna ni de este Ministerio ni del Gobierno de España respecto del país sobre el que versa.

MARZO 2026



## Islas Cook

### Islas Cook

© Oficina de Información Diplomática.

## 1. DATOS BÁSICOS

### 1.1. Características generales

**Nombre Oficial:** Islas Cook.  
**Superficie:** 240km<sup>2</sup>.  
**Límites:** Limita por mar con Kiribati, Niue, Polinesia Francesa, Samoa Americana y el territorio neozelandés de Tokelau.  
**Población total:** 27.000 (censo de 2024, Cook Islands Statistics Office).  
**Población residente:** 16.800 (censo de 2024).  
**Capital:** Avarúa (isla de Rarotonga).  
**Otras ciudades:** Aitutaki, Atiu, Mangaia, Manihiki, Mauke.  
**Idioma:** Inglés y el Maorí de las Islas Cook (Rarotongan).  
**Moneda:** Dólar de Nueva Zelanda. En las islas circula también el dólar de las Islas Cook (del mismo valor que el dólar neozelandés), pero no tiene valor fuera de ellas.  
**Religión:** Protestantes (70%), católicos (17%), mormones (4%), otros (4%), ninguna religión (5%).  
**Forma de Estado:** Estado libre asociado a Nueva Zelanda.  
**Bandera:** Sobre fondo azul marino, círculo de quince estrellas de cinco puntas blancas, que representan las quince islas que componen el archipiélago. En el cantón superior izquierdo figura la bandera del Reino Unido, símbolo de pertenencia a la Mancomunidad de Naciones.

**División administrativa:** Existen dos grupos de islas: el Norte y el Sur. El Sur constituye el 90% de la superficie.

**Residentes españoles:** 4.

### 1.2. Geografía

Las Cook son un archipiélago compuesto por quince islas (dos de ellas deshabitadas). Las ocho islas del norte son atolones y las siete islas del sur son volcánicas. Las del norte son llanas y áridas, y las del sur más altas y fértiles, y albergan la mayoría de la población. Rarotonga está a 3000 km al noreste de Auckland, 1140 km al suroeste de Tahití, 2300 km al este de Fiyi y 4700 km al sur de Hawái.

El punto más alto es el monte Te Manga, de 658 m, ubicado en la isla de Rarotonga.

El 75% de la población se concentra en la isla de Rarotonga, donde se encuentra el aeropuerto internacional. Se estima en cerca de 100.000 —casi 6 veces la población residente en el país— la cantidad de ciudadanos de las Islas Cook que viven en Nueva Zelanda, y unos 28.000 en Australia.

El clima de las islas es tropical, moderado con dos estaciones. Los meses secos son de abril a noviembre, con temperaturas máximas de un promedio de 26 grados. Los meses de lluvias van de diciembre a marzo, con temperaturas medias máximas de 28 grados y mínimas de 22. Durante estos meses pueden sucederse tormentas tropicales importantes y tifones.

### 1.3. Indicadores sociales

**Densidad de población (censo 2024):** 70 habitantes por km<sup>2</sup>  
**Renta per cápita real USD (2024):** 29.800  
**Esperanza de vida hombres (2024):** 74,8  
**Esperanza de vida mujeres (2024):** 80,6  
**Variación de la población residente 2023 vs 2024:** -2,24%  
**IDH (estimación):** 0,829  
**Tasa de natalidad (estimación 2024):** 12,11 / 1000  
**Tasa fertilidad (estimación 2024):** 2,02 hijos/mujer

Fuentes: CIA, Population Data, Index Mundi

### 1.4. Estructura del PIB. 2018

DISTRIBUCIÓN POR SECTORES	% PIB TOTAL
Agricultura, silvicultura y pesca	2%
Industria	6%
Servicios	73%
Sector público y otras actividades económicas	19%

Fuente: Cook Islands Statistics Office

## 1.5. Coyuntura económica

### Indicadores económicos

PIB CORRIENTE MILLONES USD (2022)	APROX. 266
PIB nominal% (2022)	10,22%
Tasa de inflación anual (2022)	4,3%
Tasa de paro (estimación 2019)	1,3%
Balanza c/c (%PIB) (2021)	-10,86%
Déficit fiscal (%PIB) (estimación 2021)	33,1%
Tipo cambio por NZD (11/09/2025)	0,49 EUR

Fuentes: CIA, Ministry of Finance and Economic Management, OIT, BSP

## 1.6. Comercio Exterior

COMERCIAL	MILLONES USD 2023
Exportación bienes	30,1
Importación bienes	213
Saldo comercial	-182,9

Fuente: Observatorio de Complejidad Económica

## 1.7. Distribución del comercio por países

PRINCIPALES CLIENTES BIENES	% DEL TOTAL (2023)
Japón	33%
Tailandia	15%
Grecia	15%
Francia	11%
China	8%

Fuente: Observatorio de Complejidad Económica

PRINCIPALES PROVEEDORES BIENES	% DEL TOTAL (2023)
Nueva Zelanda	44%
Italia	26%
Fiyi	9%
China	7%
Australia	3%

Fuente: Observatorio de Complejidad Económica

## 1.8. Distribución del comercio por productos

PRINCIPALES EXPORTACIONES BIENES	% DEL TOTAL (2023)
Pescado, crustáceos y moluscos	57%
Embarcaciones	33%

Fuente: Observatorio de Complejidad Económica

PRINCIPALES IMPORTACIONES	% DEL TOTAL (2023)
Embarcaciones	27,5%
Combustibles y aceites minerales	17,5%
Maquinaria y accesorios mecánicos	3,55%
Bebidas	1,37%

Fuente: Observatorio de Complejidad Económica

# 2. SITUACIÓN POLÍTICA

## 2.1. Política interior

Las Islas Cook son una monarquía constitucional con sistema de gobierno parlamentario. El poder ejecutivo reside en el monarca británico, que es jefe de Estado, y lo ejerce a través de un representante, el gobernador general, cargo que actualmente ocupa Sir Tom Marsters. El parlamento es unicameral, compuesto por 24 miembros, y se renueva cada cuatro años. Existe además una cámara de jefes (House of Ariki), formada por seis jefes de

Rarotonga y nueve del resto de las islas. Los jefes asesoran al gobierno sobre el uso de tierras y temas cotidianos.

La Constitución de 5 de agosto de 1965 establece que Islas Cook es un país autónomo y está libremente asociado a Nueva Zelanda. Sus habitantes son también ciudadanos neozelandeses. Los nacionales de Islas Cook residentes en Nueva Zelanda casi sextuplican a los residentes en las propias islas.

El Gobierno lo forma un Gabinete que consta de un primer ministro y de cinco ministros, incluido el viceprimer ministro.

El primer ministro es Mark Brown (Partido de Islas Cook) desde el día 1 de octubre de 2020 tras la renuncia de Henry Puna, que había sido elegido en las elecciones de junio de 2018. Las últimas elecciones tuvieron lugar en agosto de 2022 y dieron la victoria al Partido de Islas Cook, renovándose así el mandato de Mark Brown.

## Miembros del Gabinete de Gobierno

**Representante del Rey:** Sir Tom Marsters.

**Primer ministro, fiscal general y ministro de Función Pública, Policía, Finanzas y Gestión Económica, Minerales del Lecho Submarino, Turismo, Energía y Energía Renovable, Proyectos Especiales y Telecomunicaciones:** Hon. Mark Brown.

**Viceprimer ministro y ministro de Infraestructuras, Comercio e Inversión, Medio Ambiente y Transportes:** Hon. Albert Nicholas.

**Ministra de Salud, Agricultura, Sistema Nacional de Previsión, e Interior:** Hon. Vainetutai Rose Toki-Brown.

**Defensor del pueblo y ministro de Juventud y Deportes, Educación, Supervisión Financiera, Servicios Financieros, Auditoría Pública, Revisión del Gasto Público, y Justicia:** Hon. Vaine Mokiroa Mokoroa.

**Ministro de Servicios Penitenciarios, Cultura, Relaciones con la Cámara de Jefes (House of Ariki), Mercado de Punanga Nui y Gabinete del Jefe del Estado.** Hon. George Maggie Angene.

**Ministro de Asuntos Exteriores e Inmigración, Recursos Marinos y Servicios Parlamentarios:** Hon. Tingika Elikana.

## Biografías

### Hon. Mark Brown, Primer Ministro

Nació en Avarua, en Rarotonga, y se educó en Nueva Zelanda. Diplomado en Gestión del Sector Público de la Universidad Massey, Nueva Zelanda, tiene una Maestría en Administración de Empresas de la Universidad del Pacífico Sur.

Ha trabajado como funcionario público, como asesor de políticas para el Gabinete del Primer Ministro y como máxima autoridad del Ministerio de Agricultura. En el sector privado, ha sido promotor inmobiliario. También ha desempeñado funciones como vicepresidente de la Cámara de Comercio de Islas Cook y fue presidente de la Asociación de Touch Rugby de Islas Cook.

En 2010, ejerció como ministro de Finanzas, y fue reelegido en las elecciones de 2014 y 2018. Después de las elecciones de 2018, fue nombrado viceprimer ministro, y ocupó el cargo de primer ministro tras la renuncia de Henry Puna, en 2020. Fue nuevamente elegido en las elecciones de agosto de 2022 y confirmado como primer ministro.

## 2.2. Política exterior

Islas Cook es, desde 1965, un Estado Libre Asociado a Nueva Zelanda con autogobierno. La relación con Nueva Zelanda implica que este país ostenta las responsabilidades de las relaciones exteriores y de defensa del territorio, si bien estas prerrogativas sólo pueden ejercerse a petición y en nombre del gobierno de Islas Cook.

Islas Cook no es miembro de Naciones Unidas, donde es representado por Nueva Zelanda, pero sí es miembro de pleno derecho de algunas organizaciones internacionales del Sistema de Naciones Unidas como OMS, UNESCO, OACI, OMI, OIT o FAO. Es miembro del Foro de Islas del Pacífico y de la Secretaría de la Comunidad del Pacífico, y miembro asociado de la Comisión Económica y Social para Asia y el Pacífico (CESPAP).

Islas Cook ha establecido relaciones diplomáticas con más de 50 países, así como con la Unión Europea. Las únicas representaciones de las islas en el exterior se encuentran en Wellington (Nueva Zelanda) y en Suva (Fiyi).

La Unión Europea tiene relaciones con las Islas Cook desde el 2000. La delegación de la Unión Europea en Suva, Fiyi, está acreditada ante Islas Cook. Además, existen relaciones diplomáticas con una serie de Estados miembros, entre ellos: Portugal, Noruega, España, Francia, Alemania, Italia, Bélgica y la República Checa.

La OCDE calificó a Islas Cook en 2018 como "Estado desarrollado". Es el primer pequeño Estado del Pacífico en conseguir esta calificación.

## 3. RELACIONES BILATERALES CON ESPAÑA

### 3.1. Diplomáticas

España mantiene relaciones diplomáticas con Islas Cook desde el 29 de enero de 1998. La Embajada de España en Wellington, Nueva Zelanda, está acreditada ante Islas Cook y existe un Consulado Honorario en Rarotonga.

### 3.2. Económicas

Las relaciones económicas y comerciales de España con Islas Cook son escasas.

Existe un Acuerdo de Colaboración de Pesca Sostenible entre la Unión Europea e Islas Cook, cuyo Protocolo permite a los pesqueros europeos acceder a los caladeros e incluye licencias para cuatro cerqueros españoles dedicados a la pesca de atunes tropicales.

En materia comercial, Islas Cook es parte del Sistema de Preferencias Generalizadas de la Unión Europea.

### 3.3. Cooperación

Al ser un país desarrollado de acuerdo con la OCDE, Islas Cook no se beneficia de ayuda oficial para el desarrollo de manera bilateral, aunque sí se beneficia de determinados programas regionales y globales.

### 3.4. Relación de visitas en ambos sentidos

#### Personalidades que han visitado España

**En octubre de 2019**, el primer ministro Henry Puna se desplazó a Torremolinos para participar en la Conferencia sobre Seguridad en Buques Pesqueros y Lucha contra la Pesca Ilegal.

**En diciembre de 2019**, participó en la COP25 en Madrid donde fue recibido por SM el Rey.

#### Personalidades que han visitado las Islas Cook

**En agosto de 2015** el embajador Manuel Vitorro representó a España en los actos del 50º aniversario del autogobierno.

### 3.5. Datos de la Representación Española

#### Embajada y Cancillería

La Embajada de España en Wellington está acreditada ante las Islas Cook.

##### Dirección

Level 11 – 50 Manners St Wellington  
Nueva Zelanda

**Correo electrónico:** emb.wellington@maec.es

##### Dirección postal

Embassy of Spain

**PO Box** 24150

Manners St. Wellington

6142 New Zealand

**Teléfono:** desde el exterior +64 4 802 5665

desde Nueva Zelanda 04 802 5665

**Fax:** desde el exterior +64 4 801 7701;

desde Nueva Zelanda: 04 801 7701

#### Consulado honorario

**Cónsul honoraria:** D<sup>a</sup> Susana Conesa Aylagas

##### Dirección postal

P.O. Box 3148

Vaimaanga, Titikaveka

Rarotonga, Cook Islands

**Teléfono:** +68225206

**Correo electrónico:** wigmores@oyster.net.ck