



L'eau est-elle potable au Panama ?

Dernière mise à jour le 21/01/2025

L'eau du robinet au Panama est potable sauf sur les archipels et quelques endroits reculés. On fait le point.

En bref : L'eau est potable à Panama City et dans la plupart des villes du pays. Toutefois, l'accès à l'eau peut s'avérer compliqué dans certaines régions plus reculées, notamment sur les îles.

Les plus belles plages de sable fin du Panama, que vous trouverez bordées d'eau cristalline sur les archipels paradisiaques de [San Blas](#) et de [Bocas del Toro](#), sont privées **d'eau potable**. Il en va de même pour certaines îles idylliques et quelques coins reculés aux superbes plages et aux eaux turquoise côté Pacifique. A contrario, la **qualité de l'eau** à Panama City, la capitale tropicale qui donne sur la côte pacifique, et un peu partout sur l'isthme, est parfaitement potable. Vous aurez toutes les indications lors du [briefing](#) effectué par un membre de l'équipe ToutPanama.

L'eau au Panama

Le lac Gatún est une **réserve d'eau douce** particulièrement importante qui se trouve dans la zone du [Canal de Panama](#). L'eau s'y déversant surtout pendant la [saison des pluies](#), elle approvisionne non seulement les écluses du Canal et l'irrigation des champs, mais satisfait aussi en **eau courante** les habitants de la capitale métropolitaine.



Formé grâce au barrage de Gatún qui surplombe la rivière Chagres, laquelle traverse à son tour le parc national homonyme, ce lac artificiel est un composant clef du Canal de Panama. En plus d'être le réservoir qui emmagasine l'eau des écluses et de la ville, il est parsemé d'[îles tropicales](#) et représente ainsi une aubaine pour toute la faune les ayant rapidement colonisées. Un paradis pour les singes hurleurs et multiples espèces d'oiseaux.

Le Canal de Panama est mis à rude épreuve pendant les **sécheresses** qui provoquent une baisse drastique du niveau de l'eau. Une **deuxième source** d'eau potable est le lac d'Alajuela qui pallie au manque **d'eau douce** en saison sèche.

Pour ce qui est de la gestion de l'eau, le Panama est en plein développement et vise à disposer de sa ressource naturelle en eau potable aussi bien à Panama City que dans d'autres grandes villes comme David.

Quelques conseils pour votre voyage

Il est très commun au Panama que l'on vous serve un **verre d'eau** avec des glaçons lorsque vous vous installez à une table de [restaurant](#). Pas de soucis, buvez tranquille !

Vous pourrez vous brosser les dents ou vous servir un verre sans crainte. Même chose pour les glaçons dans vos [cocktails](#) ou vos jus de fruits. Ne refusez pas dans le doute de tomber malade ou de ne pas pouvoir profiter du coucher de soleil sur le rooftop d'un bar à Panama City.

Il convient d'être vigilant vis-à-vis de l'**eau de courante** dès que l'on sort des sentiers battus. Dans ces endroits reculés du pays, préférez les bouteilles **d'eau minérale** que vous trouverez dans tous les supermarchés.



Lors de vos [excursions](#) ou à la [plage](#), ayez toujours avec vous une gourde – pourquoi pas filtrante – que vous pourrez recharger avec de **l'eau du robinet**. Il existe aussi des pastilles de purification d'eau que vous pouvez trouver en pharmacie pendant la [préparation de votre valise](#). A prévoir avant le départ, surtout si vous envisagez d'aller en [immersion dans le Darién](#), car il n'est pas possible d'en trouver au Panama !

Pendant que vous êtes en plein farniente face à la mer, essayez autant que possible de vous mettre à l'ombre quand un arbre fruitier vous le permet (attention tout de même aux chutes de noix de coco), de vous procurer un parasol ou bien de porter un couvre-chef, comme le fameux [chapeau Panama](#). Vous profiterez ainsi au maximum des plages paradisiaques.



Dus à **la chaleur et à l'humidité** et résultant souvent d'une **déshydratation**, les coups de chaleur – avec ou sans perte de connaissance – peuvent être très fréquents après s'être exposé trop longtemps au soleil des Caraïbes, surtout dans les pays tropicaux d'Amérique centrale. Cela se manifeste par des douleurs de tête et des vertiges qu'il ne faut pas prendre à la légère. Nous conseillons aux touristes et aux voyageurs du Réseau Solidaire de boire des **petites gorgées d'eau** accompagnées d'un soda bien sucré et (si possible) de se mettre au frais.

La qualité de l'eau dépend de la région où vous êtes. En résumé, à Panama City et David, il n'y a pas de problème, **l'eau y est potable**. Dans les endroits reculés, demandez confirmation à l'hôte chez qui vous passez [vos nuits](#). Et dans le cas contraire, ayez toujours une **bouteille d'eau minérale** sur vous. Vous en trouverez dans chaque supermarché. Le mieux reste encore de faire le plein de bons plans et de tuyaux gratuits auprès d'un membre de l'équipe ToutPanama qui vit sur place et pourra répondre à toutes vos questions lors du [briefing](#).