La météo au Panama : tout savoir pour la préparation de son voyage

Dernière mise à jour le 31/07/2025

Quelle est la meilleure période pour voyager au Panama ? Saisons, climat, températures et météo au Panama.
En bref : La météo au Panama, c'est une question essentielle pour nombreux d'entre vous. Sachez qu'il fait beau toute l'année, son climat tropical donne une météo très changeante qui diffère rapidement d'une région à l'autre. Certains mois sont plus pluvieux que d'autres mais rares sont les journées où la pluie tombe du matin au soir. Au Panama, on profite de la plage et de sa nature de janvier à décembre.

La météorologie au Panama ou ailleurs est en effet un critère important pour la majorité des voyageurs au moment d'adapter leurs préparations de séjour et leurs activités dépendant du temps.

Comprendre pourquoi les données météo de ce petit pays d'Amérique centrale sont très changeantes tout au long de l'année, c'est ce que nous allons essayer de vous expliquer juste après.

Vous verrez, ce qui est vrai pour une région n'est pas forcément vrai pour une autre, même si à peine 20 kilomètres les séparent. **Les conditions météorologiques** peuvent varier très rapidement. Un beau temps ensoleillé à Panama City avec un vent faible, de fortes pluies avec orages sur la côte caraïbe, des éclaircies et aucune précipitation entre les deux selon les prévisions du bulletin météorologique : voici la possible annonce journalière de la station météo en janvier.

La météo au Panama, le climat et ses caprices

Situé juste au nord de l'équateur, le Panama bénéficie d'un climat tropical, chaud et humide toute l'année.

L'année est divisée en deux saisons, **la saison sèche** et **la saison des pluies**, l'été et l'hiver. Rassurez-vous, la température ne descend pas bien bas et varie très peu **(sauf dans les hauteurs de la région de Chiriqui, le thermostat baisse parfois 10-12 degrés dans les secteurs de Volcan et Boquete, et au sommet du Volcan Barú à un peu moins de 3500 mètres d'altitude, on peut s'approcher de 0 degré!!!).** Il fait toujours chaud au Panama en plaine, avec une température moyenne de entre 25 et 35 degrés Celsius toute l'année et un soleil qui se montre au quotidien entremêlé dans un ciel nuageux et des averses. Les températures maximales ne dépassent pas les 35°C au Panama.

Il faut également prendre en compte les dérèglements climatiques que nous avons causés au cours des dernières décennies et qui ont pour effet réel et actuel l'impossibilité pour un centre de météorologie de faire des prévisions météorologiques précises et garantir des saisons constantes. De plus, le climat de la côte caraïbe est très difficilement prévisible (temps instable).

Saison sèche vs. saison des pluies

De décembre à avril, c'est l'été. Peu d'humidité, bel ensoleillement et plages à gogo !

De mi-avril à novembre, nous sommes en hiver mais sous une version tropicale. A part en montagne où il fait un peu plus frais avec un ciel très nuageux, la **température** ne descend pas en dessous des 23 à 25 °C dans tout le pays (oui oui, on parle bien de températures minimales ! en dehors des hauteurs de Chiriqui). Par contre, le taux d'humidité est à son quasi-maximum !

Jusqu'à septembre, les prévisions météo sont généralement : le temps alterne entre de fortes averses courtes et un grand ciel bleu, les pluies étant généralement concentrées dans l'après-midi et/ou le soir. Septembre, octobre et novembre sont des mois assez pluvieux sur la grande partie du pays. Nous vous recommandons de les éviter si vous recherchez le plein soleil, le farniente et la plage sauf pour la côte caraïbe reste plutôt très agréable en avril, Bocas del Toro et San Blas notamment vivent des journées où la **météo** est très appréciable en septembre et octobre. ***L'archipel de Bocas del Toro est même réputé pour son mini-été entre septembre et octobre!***

Quelles régions privilégier en saison humide ?

Rassurez-vous, il est quand même rare qu'il pleuve toute la journée. Il s'agit en général d'une ou deux grosses averses !

La saison humide commence tout doucement en avril pour se terminer début décembre, bien que l'on remarque des changements chaque année dus en partie au réchauffement climatique. **C'est la saison idéale pour l'observation d'une partie de la faune notamment les baleines et tortues marines!**

Attention, cette période de l'année reste propice à la découverte et au voyage au Panama sans aucun problème, il faudra simplement tenir compte de la **météo**. Vous rencontrerez plus d'averses suivies de belles éclaircies et de violents orages (et bref !) sur la côte pacifique que la côte caraïbe.

Les **microclimats** (imprévisibles) des archipels de Bocas del Toro au nord-ouest et San Blas au nord-est sont des régions pouvant être très appréciables sur les mois d'avril, de septembre et d'octobre.

Les hauteurs de Chiriqui, le centre du Panama, ses **vallées et volcans endormis** sont naturellement un peu plus frais dû à leur altitude. Bien que plutôt humides toute l'année, elles sont sujettes à recevoir plus de pluie durant cette période.

La péninsule d'Azuero au sud-ouest n'est pas non plus épargnée par ces perturbations climatiques. Le mois de juin est souvent plus agréable qu'ailleurs.

A noter
On constate toutefois une sécheresse sans précédent dans le pays, en partie due au phénomène climatique « El Niño » et le manque de pluie qui affecte entre autres le Canal de Panama et son activité.

Quelles régions privilégier en saison sèche ?

Ce que l'on appelle traditionnellement **l'été** débute généralement et timidement en décembre pour se terminer durant le mois d'avril, ce sont les mois les plus courus des voyageurs recherchant la météo la plus clémente possible (à tort ? chacun ira de son avis…).

Sur ces quelques mois, les alizés, vents venant du nord et du nord-est, se montrent généreusement et s'accompagnent de pas mal de pluie sur les mois de décembre et janvier sur la mer des Caraïbes tandis que sur le reste du pays, **la saison sèche** est

bien en place. Les journées sont donc **ensoleillées** et légèrement ventées, ce qui n'est pas désagréable mais qui agite la mer. On gardera toutefois en tête que dans certaines zones des régions montagneuses (principalement Chiriquí et Veraguas), **les précipitations** existent sur une bonne partie de l'année (faute aux reliefs !)

Vous l'aurez compris, vous pouvez mettre de côté vos **applications météo** type Météo-France, météo des plages ou encore MeteoNews car elles ne vous aideront pas beaucoup. Vous y verrez 8 mois de l'année un ciel couvert, de la foudre et le mercure à son maximum étant donné que le climat est très changeant et imprévisible. **Bref, ces applicatons qui annoncent le temps est instable la majorité de l'année ne sont pas tres fiables!**

Alors, quand partir au Panama ? Toute l'année (oui, vous avez bien lu !), il y a une raison (ou plutôt des raisons) de venir découvrir le Panama. A vous de choisir selon vos envies, centres d'intérêts et activités que vous souhaitez faire.