

# Coup d'oeil sur la recherche

## Les vagues de chaleur à Matam menacent les plus précaires : des stratégies d'adaptation qui restent limitées

**Auteurs :** Fatimata Sow, Jean-Marc Goudet, Mor Diop, Makhan Danfakha, Adama Faye, Sari Kovats, Véronique Fllippi, Pauline Gluski, Emmanuel Bonnet, Labaly Touré, Valéry Ridde

**Contact :** fatimata.sow@ird.fr



### Introduction

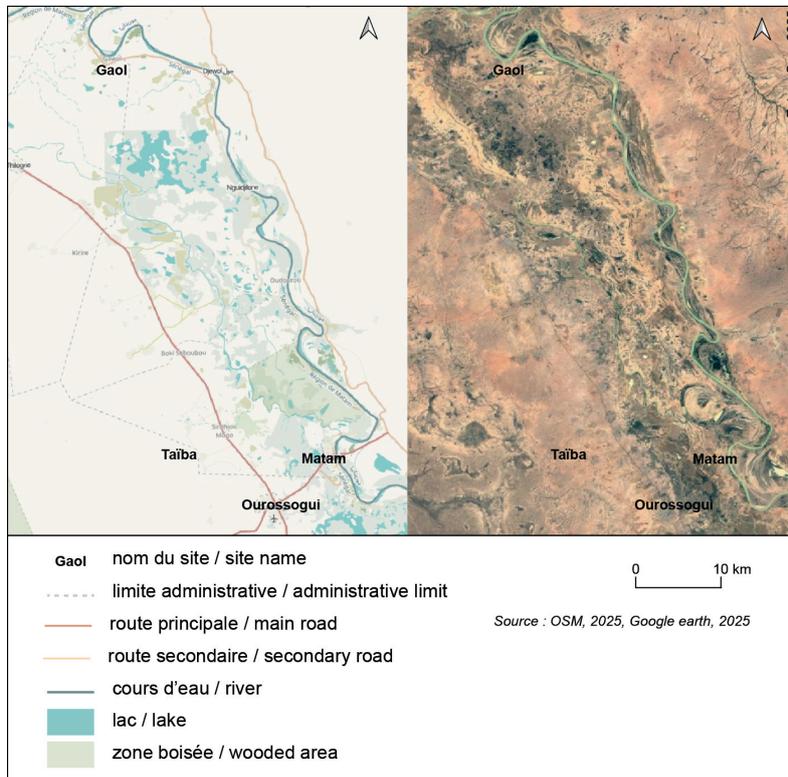
La région de Matam est connue pour ses épisodes climatiques extrêmes, avec des températures qui s'intensifient d'année en année et dépassent régulièrement le seuil des 40°C. Les habitants de la région, grâce à leur expérience du climat local, ont développé des savoirs et des pratiques témoignant d'une forte capacité d'adaptation à la chaleur. Pour de nombreuses familles vivant dans un contexte marqué par la précarité, et en particulier pour certains groupes comme les femmes enceintes, les nourrissons, les personnes âgées, et les travailleurs exposés en extérieur, les vagues de chaleur viennent perturber un équilibre déjà fragile, avec de lourdes conséquences sanitaires, économiques et sociales. Cette note s'intéresse plus spécifiquement aux stratégies d'adaptation mise en place par les mères allaitantes, les femmes enceintes ainsi que leur entourage proche. Ces stratégies témoignent d'une forte résilience, mais demeurent limitées, coûteuses et insuffisantes pour protéger leur santé et leur bien-être.

### Intérêt

Cette note dresse un état des lieux des stratégies d'adaptation développées par les ménages face aux vagues de chaleur. Elle met en lumière l'effet combiné du genre, de la précarité et du type d'habitat ainsi que du territoire sur l'exposition à la chaleur. Enfin, elle identifie les difficultés économiques et sanitaires rencontrées par les populations.

### Méthodes

Une étude qualitative a été conduite du 8 au 28 octobre 2024 dans deux quartiers urbains (Soubalo et Ainoumady) et deux zones rurales (Gaol et Ngueyenne Taiba) de la Région de Matam. Au total, 65 entretiens et 5 focus groups ont été menés auprès de mères, de leur entourage, de professionnels de santé et d'acteurs communautaires.



## ► Déterminants de la vulnérabilité face à la chaleur extrême ◀

L'exposition aux températures extrêmes varie en fonction de nombreux paramètres :



**Des choix d'habitat contraints et peu adaptés au climat**

Les maisons traditionnelles en banco (briques de terre crue) étaient autrefois courantes, et plus adaptées aux fortes chaleurs que les constructions actuelles. La saison des pluies a conduit de nombreuses familles à opter pour des matériaux plus résistants à l'humidité, construits en ciment et recouverts d'un toit de zinc, mais accentuant la chaleur au sein des ménages. Ces choix sont avant tout dictés par des stratégies de survie économique, les familles utilisent les matériaux les plus accessibles, même s'ils sont peu adaptés au contexte climatique.



**Des matériaux de construction qui accentuent la chaleur**

Sans moyens de recourir à des espaces ventilés (climatiseur, ventilateur), les habitations précaires construites avec des toits en zinc/tôle, sont les plus vulnérables aux effets de la chaleur. Les premières données des capteurs révèlent que dans les villages de Gaol et Taiba, ce type de maison présente les températures moyennes les plus élevées, atteignant les 42°C. Les toits en dalle de ciment, quant à eux, affichent des pics de température légèrement plus bas (39°C), mais retiennent davantage la chaleur dans le temps. Les images satellites et les données des capteurs montrent des différences de température importantes entre maisons proches (37°C vs 44°C).



**Un travail qui expose à la chaleur**

Les travaux rémunérés en extérieur (agriculture, artisanat, commerce) exposent directement les hommes tout comme les femmes à des températures élevées. Les femmes peuvent cumuler à ce travail, des tâches domestiques (cuisine au feu de bois, charge des enfants) révélant des expériences vécues différentes face aux fortes chaleurs.



**Inégalités géographiques**

La proximité du fleuve constitue une ressource précieuse : à Gaol et Soubalo, l'accès à l'eau permet aux familles de se rafraîchir plus facilement. Dans les zones plus éloignées du fleuve, les habitants dépendent davantage de l'ombre procurée par les arbres, inégalement réparti sur le territoire.

Confrontées aux vagues de chaleur, les familles développent des **stratégies personnelles de refroidissement**, qui font souvent appel à de la débrouillardise. Les entretiens qualitatifs révèlent une diversité de pratiques mises en oeuvre pour faire face à l'inconfort thermique :

- Mouiller ses habits, privilégier le port de tissus légers
- Acheter quotidiennement de la glace pour rafraîchir l'eau
- Dormir dehors, sur les terrasses ou sous les arbres
- Diminuer ses horaires de travail lors des pics de chaleurs
- Prendre des douches répétées

Ces initiatives restent cependant insuffisantes pour prévenir les impacts sanitaires des fortes chaleurs.

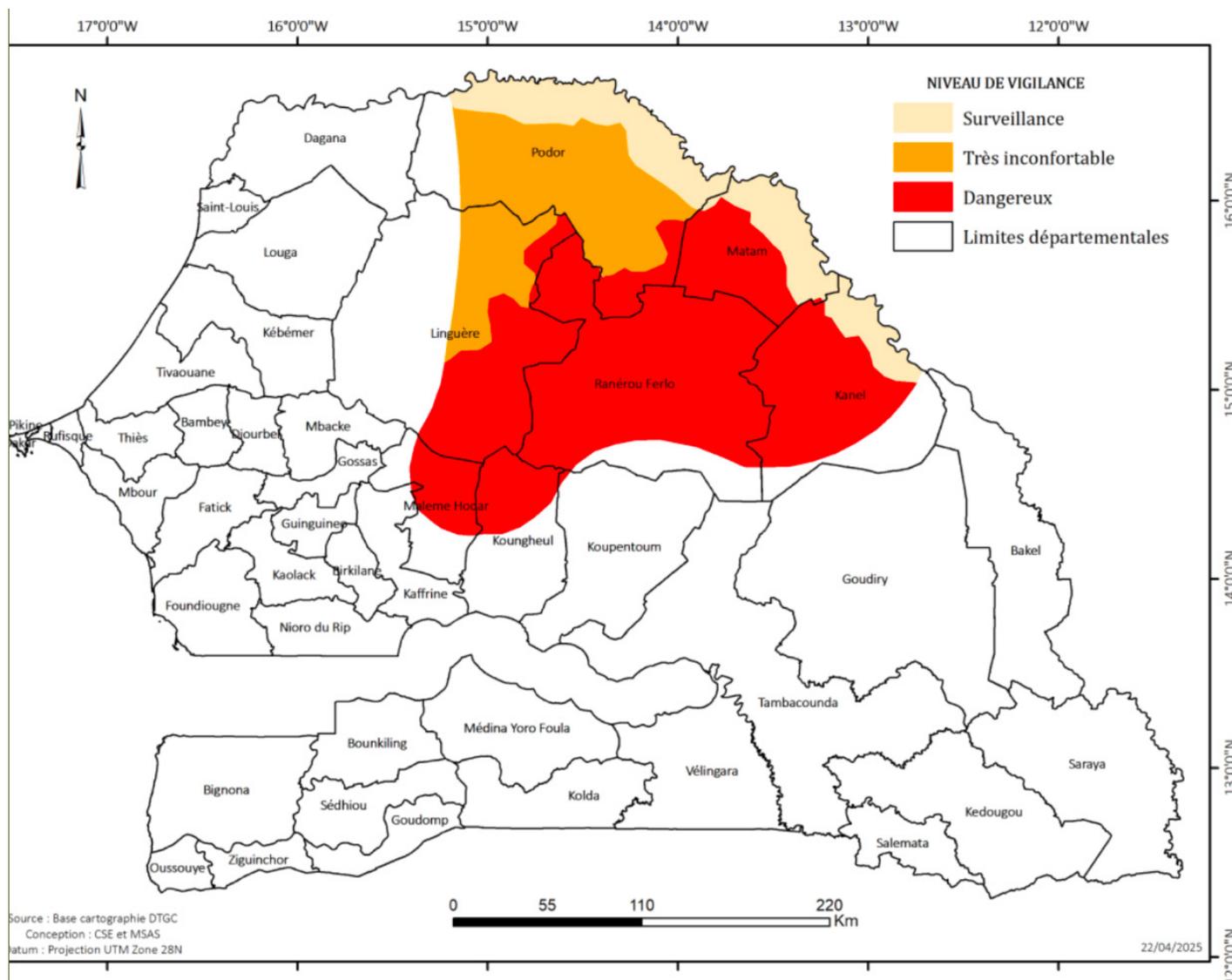


Figure 1 : Impacts sanitaires des vagues de chaleur par département (ANACIM, avril 2025).

Dans son bulletin d’alerte précoce des vagues de chaleur (22–29 avril 2025), l’ANACIM, en collaboration avec le Ministère de la Santé, le Centre de Suivi Écologique (CSE) et le soutien technique de la NOAA (National Oceanic and Atmospheric Administration), a produit une carte classant les départements selon le niveau de gravité des épisodes de chaleur. Ce système d’alerte précoce, développé entre plusieurs institutions partenaires, produit chaque semaine, de mars à juin, une carte d’impact sanitaire identifiant les zones à risque en fonction de la température, de l’humidité, et de la présence de groupes vulnérables (femmes enceintes, enfants, personnes âgées, malades chroniques, personnes à mobilité réduite, etc.).

Les zones classées en rouge, comme le département de Matam, sont associées à une vulnérabilité sanitaire élevée, notamment face à des épisodes extrêmes distincts des fortes chaleurs saisonnières. Ces vagues de chaleur se caractérisent par des températures anormalement élevées pendant au moins trois jours consécutifs et exposent les populations à des risques accrus

: épuisement, syncope, déshydratation sévère, crampes... À ces atteintes s'ajoutent des effets rapportés par les ménages lors de notre enquête : maux de tête, insomnies, irritabilité, éruptions cutanées, diarrhées infantiles, ou encore hypertension. Dans ce contexte, les structures sanitaires locales peinent à faire face à l'afflux de besoins induits par les vagues de chaleur, et ne disposent pas toujours des ressources financières nécessaires pour aménager des espaces ventilés dans les salles d'attente et de consultation.

## Des vagues de chaleurs aux contraintes économiques multiples

Les fortes chaleurs ne se limitent pas à un simple inconfort thermique : elles incitent à la mise en oeuvre de stratégies d'adaptation qui restent d'une efficacité limitée et génèrent des coûts importants pour les ménages. À Matam, les récits recueillis montrent comment ces périodes accentuent les vulnérabilités économiques en affectant les conditions de travail, les revenus et les dépenses. Pour des familles déjà en situation de précarité, ces adaptations représentent alors une pression financière supplémentaire.

### Hausse des dépenses en eau, glace, et électricité

«...on consomme *plus de glace en période de chaleur* parce que si tu as une famille qui est composée de plusieurs personnes, alors une seule glace ne va pas te suffire pour la journée. D'autant plus que la glace coûte **100 FCFA** en temps normal, et quand c'est la période de chaleur, elle coûte **150 FCFA**. Ce qui veut dire que tu ne peux pas acheter ni une glace ni deux glaces. »

— Badienou Gox, Ainoumady

### Diminution des revenus liés à la réduction des heures de travail

«...en période de chaleur pour la plupart du temps je travaille que les matins par contre en période de fraîcheur je travaille matin et soir [...] en ce moment je gagne **21000 FCFA** par semaine mais en période de fraîcheur je peux gagner jusqu'à **45000 FCFA**...»

— père de famille, ouvrier, 2 enfants, quartier Soubalo, Matam

### Difficulté à conserver les denrées vendues au marché

« Avec cette chaleur, tu ne peux rien garder, ni avoir. Si tu es commerçante de poisson ou des choses de ce genre, la chaleur les gâte, car ça peut pourrir quel que soit la nature de tes produits ou marchandises. Par exemple les légumes, ils ont tendance à se gâter rapidement avec la forte température »

— belle-mère, village de Gaol

### Baisse de la fréquentation des marchés et commerces

« Oui, en période de fraîcheur, les clients sont nombreux à venir mais quand il fait chaud, c'est quelques-uns seulement qui viennent. Ils attendent dès fois le soir pour qu'ils viennent parce qu'il fait chaud pendant la journée et les gens ne veulent pas sortir »

— mère enceinte, 2 enfants, village de Taiba Gueylene

## Conclusion

Face aux vagues de chaleurs, tous les ménages ne disposent pas des mêmes moyens pour se protéger. Les familles les plus modestes cumulent plusieurs facteurs d'exposition : des habitats peu adaptés, un travail ou des activités domestiques en extérieur et un manque de ressources pour accéder à des espaces ventilés. Les stratégies d'adaptation relèvent souvent de la "débrouillardise climatique", mais demeurent limitées et ont un coût non négligeable pour les populations. Si certaines familles ont accès à des ressources naturelles (présence d'arbres ou proximité du fleuve), elles ne suffisent pas à elles seules à se prémunir des impacts sanitaires. Il devient essentiel pour les pouvoirs publics d'agir sur plusieurs plans et de soutenir des initiatives durables (reboisement, utilisation de matériaux de construction alternatifs [typha, banco], faciliter l'accès à l'eau) qui permettraient de renforcer la résilience des populations.

Remerciements à l'Equipe Renard pour la relecture critique de la note

