



Les informations contenues dans cette fiche ont été compilées par [Jaume Portell](#), journaliste spécialisé en économie et relations internationales, dans le cadre d'une activité cofinancée à 85% par des fonds FEDER dans le cadre du Project [AfricanTech](#) (1/MAC/1/1.3/0088) au sein de l'initiative INTERREG VI D MAC 2021-2027

## **SAO TOMÉ-ET-PRINCIPE**

### **Cadre macroéconomique:**

L'économie de Sao Tomé-et-Principe a souffert des effets de l'invasion russe en Ukraine en 2022, et sa croissance économique cette année-là et l'année suivante a stagné (0,1 % et 0,5 %, respectivement). La vulnérabilité aux chocs sur le marché des matières premières a frappé une économie essentiellement axée sur les services, selon les Perspectives économiques en Afrique de 2024.

Le rapport souligne la base productive limitée du pays, un fait qui rend difficile la diversification et la résilience face à ce type de chocs externes. Néanmoins, la croissance s'est redressée et dépassera 2 % par an en 2025. 81,5 % du PIB est lié aux services, suivi par le secteur primaire (agriculture, pêche, activités forestières) avec 13,4 %. L'industrie représente 5,1 % de l'économie nationale. Le tissu manufacturier du pays est dédié au cacao, au bois et aux boissons. Un investissement accru dans les infrastructures permettrait d'augmenter la valeur ajoutée de ces activités. Les besoins d'investissement dans les infrastructures pour réaliser ce bond en avant s'élèvent à environ 1 milliard de dollars par an.

Le PIB de Sao Tomé-et-Principe en 2023 était de 679 millions de dollars.

## **Dettes et monnaie :**

Sao Tomé-et-Principe avait une dette extérieure de 453 millions de dollars en 2023. En 2012, le pays payait 11 millions de dollars par an pour sa dette. Pour cette année, en 2025, ce chiffre est passé à près de 30 millions de dollars, soit pratiquement le triple.

La plupart de la dette de Sao Tomé-et-Principe est détenue par des créanciers bilatéraux (70 %), en tête desquels l'Angola (39 %), suivi du Portugal (21 %) et de l'Italie (8 %). 27 % de la dette est détenue par des créanciers multilatéraux, parmi lesquels le FMI (8 %) et la Banque africaine de développement (5 %) occupent une place importante. Le reste de la dette est détenu par des créanciers privés (3 %).

La dobra, la monnaie de Sao Tomé-et-Principe, s'est dépréciée depuis 2015. À l'époque, le taux de change était de 21 dobras pour un dollar américain. Au printemps 2025, il fallait 23 dobras pour un dollar américain. L'année de l'invasion russe en Ukraine, au plus bas de la décennie, la dobra a atteint un taux de change de 25 dobras pour un dollar, un niveau dont elle s'est depuis redressée.

## **Importations et exportations :**

Sao Tomé-et-Principe a exporté pour 57,1 millions de dollars de marchandises en 2023, dont 54 % étaient du pétrole brut. Le cacao (15 %) était l'autre grande exportation du pays. Les principales destinations de ces exportations étaient le Pakistan (54 %) et l'Allemagne (11 %).

Les importations se sont élevées à 185 millions de dollars. Les principales importations ont été les bateaux (12,5 %), suivis par l'essence (8,5 %), le riz (8,1 %), les générateurs (3,18 %) et le vin (2,11 %). 35 % des marchandises provenaient du Portugal, suivi de l'Angola (13 %), du Gabon (10,6 %) et du Japon (7,8 %).

## **Électricité :**

La production d'électricité à Sao Tomé-et-Principe a augmenté entre 2010 et 2022, dans un mix où les combustibles fossiles jouaient un rôle fondamental. En 2010, le pays a produit 0,05 TWh, dont 100 % provenaient de la catégorie « autres combustibles fossiles », selon le think tank Ember. En 2022, ce chiffre était passé à 0,09 TWh. Le mix restait très similaire (89 % pour les autres combustibles fossiles), mais il a légèrement changé grâce à l'arrivée d'une source d'énergie renouvelable comme l'hydroélectricité (11 %).

**Défense :**

En 2024, Sao Tomé-et-Principe a signé un [accord de coopération](#) militaire avec la Russie. Selon cet accord, les deux pays échangeraient des informations « sur les questions d'intérêt mutuel dans le domaine militaire » et coordonneraient leurs efforts « pour contrer les défis et les menaces à la sécurité et à la stabilité mondiales et régionales ».

**Démographie :**

Sao Tomé-et-Principe a connu une croissance démographique et une urbanisation rapide. En 1990, le pays comptait 122 980 habitants, dont 56 % vivaient dans les zones rurales, tandis qu'en 2023, il comptait 230 871 habitants, cette fois-ci avec une majorité urbaine (76 %).

La moitié de la population a moins de 20,4 ans.

**Innovation technologique :**

Sao Tomé-et-Principe a triplé son taux d'accès à Internet, passant de 18,75 % en 2010 à près de 57 % de la population en 2022. Selon l'indice de développement des TIC de 2023, une grande partie de la population y accède via leur téléphone portable: 69,4 % des habitants du pays en possèdent un.