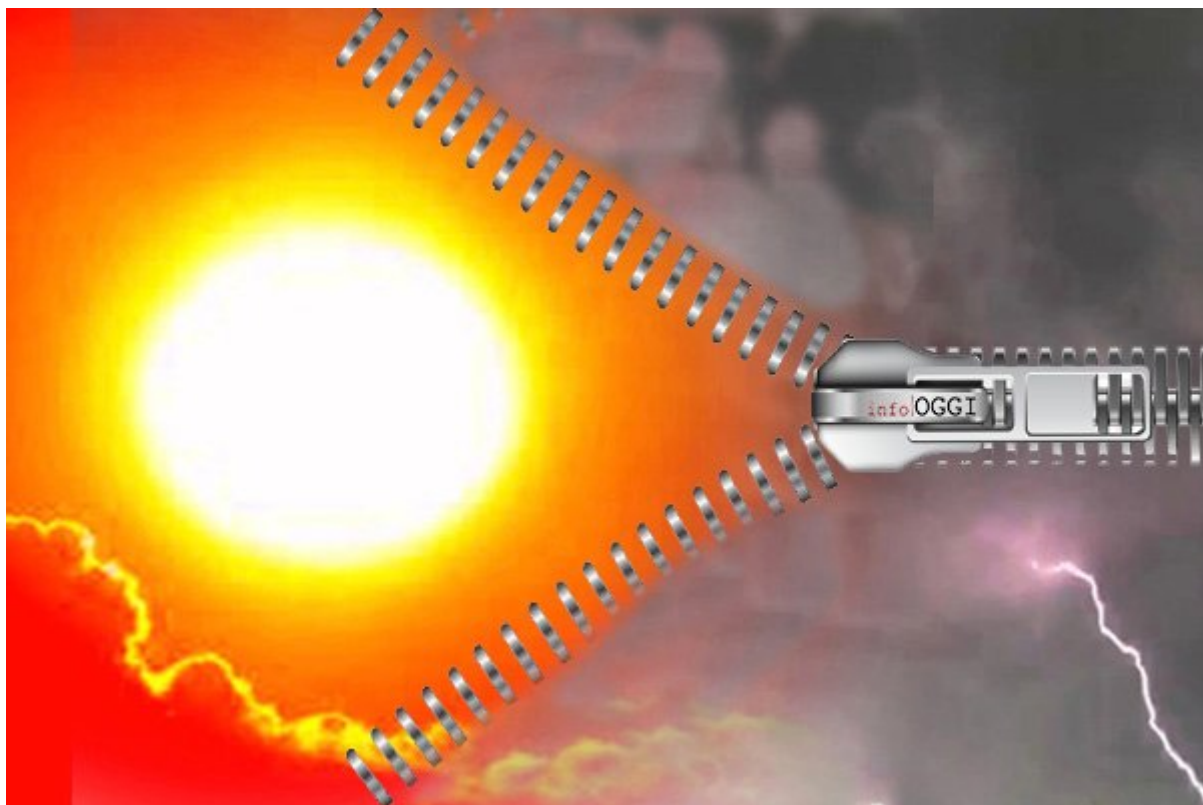


# Meteo: caldo record al Sud e temporali violenti al Nord. In arrivo il Ciclone Circe

Data: Invalid Date | Autore: Redazione

---



## Il Sud Italia nella morsa dell'afa: picchi fino a 44°C

Il Sud continua a essere colpito da un'ondata di calore eccezionale, con temperature che raggiungono i 40-44°C in regioni come Calabria, Sicilia e Puglia. Le cosiddette "Notti Super Tropicali", con minime notturne oltre i 30°C, stanno diventando sempre più frequenti, soprattutto lungo le coste e nelle città meridionali. Si tratta di un fenomeno climatico che un tempo interessava solo aree tropicali e nordafricane.

## Temporali in arrivo al Nord: da mercoledì 23 luglio

Una perturbazione atlantica in arrivo dalla Francia darà il via a un cambiamento del tempo nelle regioni settentrionali. Mercoledì 23 luglio, i primi rovesci e temporali si svilupperanno su Alpi e Prealpi, per poi estendersi entro sera alle pianure del Nord-Ovest e al Triveneto.

I fenomeni potranno risultare intensi, con possibili grandinate e forti raffiche di vento.

In Alta Toscana si prevedono lievi disturbi atmosferici, mentre al Centro il sole continuerà a dominare la scena.



## Giovedì 24 luglio: nuova fase di instabilità

Il giorno successivo, una seconda perturbazione riporterà temporali anche forti su Piemonte e Lombardia, in estensione verso Veneto e Friuli. Il cielo sarà più nuvoloso anche al Centro Italia e si assisterà a un primo calo termico nelle regioni del Nord-Ovest.

## In arrivo il Ciclone Circe: stop al caldo africano?

Il punto di svolta arriverà sabato sera, quando il Ciclone Circe attraverserà la Penisola. È atteso un calo delle temperature fino a 10°C e una fase di maltempo diffuso, che interesserà dapprima il Nord e il Centro, per poi toccare anche il Sud durante il weekend.

Cronologia prevista:

- Giovedì: forti rovesci sulle Alpi e al Nord-Ovest;
- Venerdì: maltempo diffuso su Nord e Centro;
- Sabato: aria più fresca e possibili temporali isolati al Sud.

Gli esperti confermano che Circe non rappresenterà la fine definitiva del caldo africano, ma solo una pausa temporanea. Con l'attuale scenario climatico, nuove ondate di calore potrebbero tornare a colpire l'Italia anche nei mesi di settembre e ottobre.

## “Il clima è cambiato”: l'analisi degli esperti

Secondo Lorenzo Tedici, meteorologo de iLMeteo.it, l'aumento delle temperature rispetto a 20-30 anni fa è evidente:

“Registriamo picchi di 5-7°C in più rispetto al passato. Le Notti Super Tropicali con 30°C di minima erano impensabili in Italia. Ora invece sono sempre più frequenti, soprattutto al Sud.”

Nel secolo scorso i 40°C erano fenomeni rari e di breve durata, mentre oggi il Sud affronta settimane di caldo estremo con valori oltre i 42°C.

## Un'estate che dura cinque mesi

L'estate italiana, un tempo confinata tra giugno e agosto, oggi si estende sempre più spesso fino a ottobre. Questo cambiamento, legato alla persistenza delle alte pressioni africane, mette in evidenza gli effetti tangibili del cambiamento climatico.

## Consigli pratici per affrontare il caldo estremo

Durante le giornate con temperature superiori ai 35°C e soprattutto nelle notti con minime sopra i 30°C, è fondamentale proteggere le categorie più esposte. Ecco alcuni accorgimenti utili per tutelare la salute di anziani, donne (in particolare in gravidanza), bambini e animali domestici.

### Anziani

- Evitare l'esposizione al sole tra le 11:00 e le 18:00.
- Bere molta acqua, anche senza percezione di sete.
- Seguire una dieta leggera, con frutta e verdura fresche.
- Utilizzare ventilatori o climatizzatori in modo moderato.
- Monitorare gli effetti di farmaci che aumentano la sensibilità al caldo.



## Donne (gravidanza inclusa)

- Indossare abiti leggeri e traspiranti.
- Evitare sforzi fisici eccessivi, soprattutto all'esterno.
- Idratarsi frequentemente.
- Controllare regolarmente la pressione arteriosa.

## Bambini

- Mai lasciarli in auto, nemmeno per pochi minuti.
- Offrire acqua o succhi naturali più volte al giorno.
- Vestirli con abiti chiari e traspiranti.
- Preferire attività all'aperto solo al mattino presto o dopo il tramonto.

## Animali domestici

- Evitare le passeggiate durante le ore più calde.
- Fornire sempre acqua fresca e luoghi ombreggiati.
- Non tosare eccessivamente il pelo.
- Mai lasciarli in auto, nemmeno con finestrini aperti.

## Parole chiave SEO:

- meteo Italia luglio 2025
- temporali Nord Italia
- caldo estremo Sud Italia
- previsioni meteo Ciclone Circe
- notti tropicali Italia
- consigli contro il caldo
- cambiamento climatico estate

Vuoi restare sempre aggiornato con le notizie più importanti? Iscriviti al nostro canale WhatsApp InfoOggi e ricevi in tempo reale gli aggiornamenti direttamente sul tuo smartphone! [Clicca qui](#) per unirti

---

Articolo scaricato da [www.infooggi.it](http://www.infooggi.it)

<https://www.infooggi.it/articolo/meteo-caldo-record-al-sud-e-temporali-violenti-al-nord-in-arrivo-il-ciclone-circe/147061>