Meteo Italia, arriva il picco del caldo: fino a 40°C nel weekend con l'anticiclone Caronte, poi rischio temporali intensi

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Weekend rovente sull'Italia tra caldo estremo, afa e temperature record: ecco cosa aspettarsi nei prossimi giorni

L'Italia si prepara a vivere uno dei **weekend più caldi dell'estate 2026**. L'espansione dell' **anticiclone africano Caronte**porterà infatti un deciso aumento delle temperature su gran parte del Paese, con punte che potranno raggiungere e localmente superare i **40°C**nelle aree interne. Oltre al caldo intenso, aumenterà anche il disagio provocato dall'**afa**, soprattutto lungo le coste e nelle grandi città.

Secondo le previsioni, il picco dell'ondata di calore sarà raggiunto tra **sabato 27 e domenica 28 giugno**, mentre l'inizio della prossima settimana resterà ancora caratterizzato da condizioni molto calde. Successivamente, l'arrivo di correnti più instabili potrebbe favorire la formazione di **temporali anche violenti**, accompagnati da grandine e forti raffiche di vento.

Anticiclone Caronte: perché farà così caldo

L'**anticiclone africano Caronte**sta trasportando verso il Mediterraneo una massa d'aria

estremamente calda proveniente dal Nord Africa. Questo fenomeno provocherà un deciso aumento delle temperature sia di giorno che durante la notte.

Le cosiddette **notti tropicali**saranno particolarmente diffuse: in molte città italiane le temperature minime non scenderanno sotto i **25°C**, rendendo difficile il riposo notturno e aumentando il rischio di stress da caldo, soprattutto per le persone più fragili.

Caldo torrido e caldo afoso: le differenze

L'ondata di calore non avrà le stesse caratteristiche ovunque. Le condizioni meteorologiche varieranno infatti in base all'umidità presente nell'aria.

Caldo torrido nelle zone interne

Nelle pianure lontane dal mare, nelle aree collinari e nelle regioni interne si registrerà un **caldo secco** . Le temperature saranno molto elevate, ma la bassa umidità permetterà al sudore di evaporare più facilmente, rendendo il caldo leggermente più sopportabile rispetto alle zone costiere.

Le aree maggiormente interessate saranno:

- **Emilia-Romagna**
- zone interne del Centro Italia
- gran parte del Sud
- **Sicilia** e **Sardegna**

Caldo afoso lungo le coste e in Pianura Padana

Situazione diversa lungo le coste e nella **Pianura Padana**, dove sarà protagonista il **caldo umido**.

L'elevata umidità farà aumentare sensibilmente la temperatura percepita, provocando una sensazione di forte disagio anche quando il termometro segnerà qualche grado in meno rispetto alle zone interne.

Le condizioni più difficili sono previste soprattutto in:

- **Piemonte**
- **Lombardia**
- coste tirreniche
- coste adriatiche
- grandi centri urbani

Temperature fino a 40°C: le città più calde

Tra sabato e domenica sono attesi valori eccezionali in numerose località italiane.

Le temperature massime potranno raggiungere:

- **40°C** tra **Modena**, **Bologna**, **Mantova** e lungo la bassa Pianura Padana;
- fino a **40°C** anche a **Firenze** e **Foggia**;
- tra **38°C e 39°C** a **Milano** e **Roma**.

In molte province del Centro-Nord e del Sud saranno possibili nuovi picchi di calore, con un elevato rischio di colpi di calore nelle ore centrali della giornata.

Notti tropicali e afa: aumenta il disagio

Non sarà soltanto il caldo diurno a creare difficoltà. Le temperature notturne resteranno molto elevate, con minime superiori ai **25°C** in numerose città.

Le **notti tropicali**limiteranno il naturale raffreddamento degli edifici e aumenteranno la sensazione di stanchezza, soprattutto per anziani, bambini e persone con patologie croniche.

Quando finirà l'ondata di caldo?

Le attuali proiezioni indicano che l'**anticiclone Caronte**continuerà a dominare anche nei primi giorni della prossima settimana.

A partire da **mercoledì 1 luglio**, tuttavia, l'arrivo di aria più fresca in quota potrebbe favorire lo sviluppo di **temporali intensi**, inizialmente sulle regioni settentrionali e successivamente anche su parte del Centro.

Il forte contrasto tra l'aria molto calda accumulata nei bassi strati e quella più fresca in arrivo potrebbe dare origine a fenomeni localmente violenti, con:

- **grandinate**
- forti raffiche di vento
- nubifragi improvvisi
- rapido calo delle temperature

Si tratta di una dinamica ormai sempre più frequente durante le estati italiane, caratterizzate da lunghi periodi di caldo estremo seguiti da episodi di maltempo intenso.

Consigli utili per affrontare il caldo

Per gli anziani

- **Bere acqua frequentemente**, anche senza avvertire sete.
- Evitare di uscire tra le **11:00 e le 18:00**.
- Mantenere gli ambienti freschi e ben ventilati.
- Indossare abiti leggeri, chiari e traspiranti.
- Controllare regolarmente pressione e stato di salute, soprattutto se si assumono farmaci.

Per le donne, in particolare in gravidanza

- Idratarsi costantemente durante tutta la giornata.
- Evitare esposizioni prolungate al sole.
- Consumare pasti leggeri ricchi di frutta e verdura.
- Prestare attenzione a eventuali sintomi come capogiri, gonfiore improvviso o senso di svenimento, consultando il medico se necessario.

Per i bambini

- Far bere acqua molto spesso, anche durante il gioco.
- Limitare le attività sportive nelle ore più calde.
- Proteggerli con cappellino, crema solare e abiti in cotone.

• Preferire giochi all'ombra o in ambienti climatizzati durante il pomeriggio.

Per i neonati

• Non lasciarli mai in auto, nemmeno per pochi minuti.

• Allattarli o offrire il latte con maggiore frequenza secondo le indicazioni del pediatra.

• Vestirli con indumenti molto leggeri in fibre naturali.

• Mantenere gli ambienti domestici freschi, evitando sbalzi termici e un uso eccessivo dell'aria condizionata direttamente sul bambino.

• Controllare che la pelle non sia troppo calda e che il piccolo mantenga un comportamento normale, contattando il pediatra in caso di febbre, sonnolenza eccessiva o segni di disidratazione.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/meteo-italia-arriva-il-picco-del-caldo-fino-a-40-c-nel-weekend-con-l-anticiclone-caronte-poi-rischio-temporali-intensi/153725