Meteo Italia, il grande caldo ha i giorni contati: temporali violenti al Nord e svolta dal 20 luglio

Data: Invalid Date | Autore: Redazione

Caldo africano ancora protagonista, ma l'anticiclone inizia a perdere forza: ecco cosa aspettarsi nei prossimi giorni

L'Italia continua a fare i conti con una delle più intense **ondate di caldo**dell'estate 2026, con temperature eccezionali soprattutto al **Centro-Sud**, in **Sicilia** e in **Sardegna**, dove i valori potranno raggiungere e localmente superare i **45-46°C**.

Nel frattempo, il **Nord Italia**resta esposto al passaggio di impulsi di aria più fresca provenienti dall'Europa centrale, responsabili della formazione di **temporali intensi**, spesso accompagnati da **grandine**, **raffiche di vento** e piogge molto abbondanti concentrate in poco tempo.

Secondo gli ultimi aggiornamenti meteorologici, la situazione inizierà però a cambiare dal **20 luglio**, quando il dominio dell'**anticiclone africano**comincerà progressivamente a indebolirsi, favorendo un graduale ritorno a temperature più sopportabili.

Meteo venerdì: sole e caldo estremo al Centro-Sud, nuovi temporali sulle Alpi

La giornata di venerdì sarà caratterizzata da condizioni molto diverse tra Nord e resto della Penisola.

Al **Nord**il mattino sarà generalmente stabile e soleggiato, ma dal pomeriggio l'atmosfera tornerà a diventare instabile. Sulle **Alpi** e sulle **Prealpi**si svilupperanno numerosi temporali che, nelle ore serali, potranno raggiungere anche le pianure di **Lombardia**, **Emilia-Romagna** e **Triveneto**.

I fenomeni potranno risultare particolarmente intensi con:

- **grandine anche di medie e grandi dimensioni**;
- **forti raffiche di vento**;
- **piogge intense** in tempi molto brevi;
- possibili locali allagamenti.

Al **Centro** continuerà invece il dominio del sole con **temperature molto elevate**.

Situazione ancora più estrema al **Sud** e sulle **Isole Maggiori**, dove il caldo raggiungerà il suo apice con valori superiori ai **40°C** e punte comprese tra **43 e 46°C**, soprattutto nelle zone interne della **Sardegna**.

Sabato e domenica: ancora instabilità al Nord, estate piena nel resto d'Italia

Nel fine settimana il quadro meteorologico cambierà poco.

Al **Nordest** l'atmosfera rimarrà favorevole allo sviluppo di nuovi temporali, in particolare tra **Veneto**, **Friuli Venezia Giulia** ed **Emilia-Romagna**, mentre il Nordovest vedrà condizioni più variabili con alternanza tra sole e annuvolamenti.

Al **Centro** prevarrà il bel tempo, con qualche nube pomeridiana lungo l'Appennino.

Al **Sud**e sulle isole continueranno a dominare sole e caldo intenso, anche se si inizieranno a intravedere i primi segnali di un lento cambiamento.

Perché i temporali saranno così violenti?

L'atmosfera in questi giorni è particolarmente instabile.

L'ingresso di **aria più fresca in quota**incontra infatti una massa d'aria estremamente calda e umida presente nei bassi strati.

Questo forte contrasto genera una grande quantità di energia che alimenta temporali organizzati e molto intensi.

Gli esperti evidenziano anche la presenza di un marcato **wind shear**, cioè la variazione della velocità e della direzione del vento con la quota. Questa configurazione favorisce la nascita di sistemi temporaleschi particolarmente strutturati.

In alcune aree potranno svilupparsi persino **supercelle**, capaci di produrre:

- **grandinate di grosse dimensioni**;
- **raffiche di vento molto forti**;
- **nubifragi**;
- locali criticità idrogeologiche.

Poiché la posizione esatta dei temporali può cambiare rapidamente, è consigliabile seguire gli

aggiornamenti meteo in tempo reale.

Dal 20 luglio cambia tutto: arriva il calo delle temperature

La svolta tanto attesa sembra ormai vicina.

Dal **20 luglio** il blocco dell'**anticiclone africano**inizierà a cedere sotto la spinta di correnti più fresche provenienti dal Nord Europa.

Tra il **20 e il 27 luglio**:

- le **temperature diminuiranno sensibilmente**;
- aumenterà la probabilità di **temporali**, soprattutto al Nord e successivamente anche sulle regioni centrali;
- il clima resterà estivo ma molto più vivibile rispetto ai giorni precedenti.

Il raffreddamento procederà gradualmente da **Nord verso Sud**, riportando i valori termici più vicini alle medie stagionali.

Fine luglio e inizio agosto: torna il bel tempo, ma senza caldo estremo

Le attuali proiezioni indicano che tra il **27 luglio** e i **primi giorni di agosto**l'alta pressione potrebbe tornare a rafforzarsi.

Le temperature saliranno nuovamente, ma al momento non si prevedono condizioni estreme paragonabili a quelle registrate in questa intensa ondata di caldo.

L'estate dovrebbe quindi proseguire con valori leggermente superiori alla media, ma senza eccessi persistenti.

Caldo record: i consigli della Protezione Civile per proteggersi

Le temperature eccezionalmente elevate possono rappresentare un serio rischio per la salute, soprattutto per **anziani**, **persone fragili**, **donne in gravidanza**, **bambini** e **neonati**.

Consigli per gli anziani e le persone fragili

- Bere acqua frequentemente, anche senza avvertire sete.
- Evitare di uscire tra le **11:00 e le 18:00**.
- Restare in ambienti freschi e ben ventilati.
- Indossare abiti leggeri e di colore chiaro.
- Non sospendere autonomamente eventuali terapie farmacologiche e consultare il medico in caso di malessere.
- Controllare familiari e vicini che vivono soli.

Consigli per donne in gravidanza

- Idratarsi costantemente durante tutta la giornata.
- Evitare l'esposizione diretta al sole.

- Fare pasti leggeri e ricchi di frutta e verdura.
- Riposarsi nelle ore più calde.
- Contattare il medico se compaiono capogiri, contrazioni o sintomi insoliti.

Consigli per bambini e neonati

- Offrire spesso acqua ai bambini e latte ai neonati secondo le indicazioni del pediatra.
- Evitare passeggiate nelle ore centrali della giornata.
- Non lasciare mai bambini o neonati in automobile, nemmeno per pochi minuti.
- Utilizzare abiti leggeri in fibre naturali.
- Proteggere la pelle con cappellino e crema solare adatta all'età.
- Preferire ambienti ombreggiati e ben aerati.

Come affrontare il caldo in sicurezza

Durante l'ondata di **caldo estremo** è consigliabile:

- consumare pasti leggeri;
- limitare alcolici e bevande zuccherate;
- evitare attività fisica intensa nelle ore più calde;
- utilizzare ventilatori o climatizzatori mantenendo una temperatura interna intorno ai **26°C**;
- prestare particolare attenzione ai sintomi di un possibile **colpo di calore**, come forte debolezza, nausea, confusione, pelle molto calda e perdita di coscienza. In questi casi è necessario chiamare immediatamente i soccorsi.

Le previsioni in sintesi

L'Italia vivrà ancora alcuni giorni di **caldo eccezionale**, con il picco previsto tra venerdì e il fine settimana soprattutto al **Centro-Sud** e sulle **Isole Maggiori**. Parallelamente il **Nord**dovrà fare i conti con una nuova fase di **temporali anche violenti**, alimentati dal contrasto tra masse d'aria molto diverse.

La buona notizia è che, salvo cambiamenti degli ultimi aggiornamenti, il **20 luglio**segnerà l'inizio della fine dell'attuale ondata di caldo: le temperature torneranno progressivamente su valori più vicini alla norma e l'atmosfera diventerà decisamente più respirabile, pur restando nel pieno della stagione estiva.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/meteo-italia-il-grande-caldo-ha-i-giorni-contati-temporali-violenti-al-nord-e-svolta-dal-20-luglio/154089