

Meteo Italia, weekend di fuoco con punte fino a 46°C: temporali al Nord e poi arriva la svolta con il calo delle temperature

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Caldo africano al massimo dell'intensità, ma dalla prossima settimana cambia tutto: ecco dove arriveranno i temporali e quando finirà l'ondata di calore

L'Italia si prepara a vivere uno dei **weekend più caldi dell'estate**, con l'**anticiclone africano** che continua a dominare la scena e porta temperature eccezionali soprattutto al **Centro-Sud** e sulle **Isole Maggiori**. Mentre il **Nord** dovrà fare i conti con una crescente instabilità atmosferica e il rischio di **temporali violenti**, al Sud il caldo raggiungerà livelli estremi, con valori fino a **46°C in Sardegna** e oltre **40°C in numerose città meridionali**.

Le ultime proiezioni indicano però che questa fase estrema potrebbe essere agli sgoccioli. Dalla seconda parte del weekend inizieranno infatti i primi segnali di cambiamento, destinati a trasformarsi in una vera e propria **rinfrescata** tra l'inizio e la metà della prossima settimana.

Weekend rovente: temperature eccezionali in gran parte d'Italia

L'**alta pressione subtropicale** continua ad alimentare una massa d'aria molto calda proveniente dal Nord Africa, responsabile della **terza intensa ondata di caldo** della stagione.

Le temperature previste sono particolarmente elevate:

- **fino a 46°C nelle zone interne della Sardegna;**
- **41°C in molte città del Sud;**
- **39°C nelle regioni centrali;**
- valori superiori ai **38°C** anche in Lazio, Sicilia, Puglia, Basilicata e Calabria.

Anche il Nord continuerà a registrare temperature elevate, ma con un elemento in più: un'umidità molto accentuata che renderà il caldo ancora più difficile da sopportare.

Temporali e grandine al Nord: attenzione ai fenomeni intensi

Se il Centro-Sud sarà dominato dal sole, il **Nord Italia** dovrà affrontare una situazione decisamente più dinamica.

L'ingresso di deboli infiltrazioni di aria più fresca provenienti dall'Atlantico sta infatti erodendo lentamente il bordo settentrionale dell'anticiclone.

Questo favorirà lo sviluppo di:

- **temporali anche di forte intensità;**
- **nubifragi improvvisi;**
- **raffiche di vento molto forti;**
- **grandinate localmente di grosse dimensioni.**

Le aree maggiormente esposte saranno:

- Alpi;
- Prealpi;
- Lombardia;
- Triveneto;
- Emilia settentrionale;
- localmente anche alcune zone della Pianura Padana.

I fenomeni potranno svilupparsi rapidamente nel pomeriggio e nelle ore serali, risultando molto localizzati ma particolarmente intensi.

Perché si formano temporali così violenti con il caldo estremo

Il contrasto tra l'aria molto calda accumulata nei bassi strati e le infiltrazioni di aria più fresca in quota crea condizioni ideali per la nascita di **celle temporalesche molto energetiche**.

Quando il caldo raggiunge valori così elevati, l'atmosfera immagazzina enormi quantità di energia. Basta quindi l'arrivo di una massa d'aria leggermente più fresca per innescare temporali improvvisi accompagnati da:

- grandine;

- forti colpi di vento;
- piogge torrenziali;
- rapidi cali della temperatura.

Domenica arrivano i primi segnali del cambiamento

La giornata di **domenica** rappresenterà il primo passo verso un graduale cambio di scenario.

Una vasta perturbazione alimentata da **aria più fresca proveniente dalla Scandinavia e dal Nord Europa** inizierà ad avvicinarsi all'Italia.

I primi effetti saranno visibili soprattutto al Nord, dove aumenterà ulteriormente l'instabilità atmosferica con nuovi temporali e un primo lieve calo delle temperature.

Al Centro-Sud il caldo resterà ancora intenso, ma inizierà lentamente a perdere forza.

Prossima settimana: stop al grande caldo

Tra **martedì e mercoledì** la massa d'aria fresca raggiungerà progressivamente gran parte della Penisola.

Le conseguenze saranno evidenti:

- **temperature in sensibile diminuzione;**
- ritorno di valori più vicini alla media stagionale;
- maggiore ventilazione;
- aria meno afosa;
- temporali diffusi soprattutto al Centro-Nord;
- fenomeni più isolati sulle regioni meridionali.

Dopo settimane caratterizzate da un caldo persistente, molte città italiane potranno finalmente respirare grazie a condizioni decisamente più gradevoli.

Gli esperti, tuttavia, invitano alla prudenza: verso la fine del mese non è escluso un nuovo rinforzo dell'anticiclone africano, anche se al momento è ancora presto per delineare l'evoluzione con precisione.

Caldo estremo: chi rischia di più

Le temperature superiori ai **40°C** rappresentano un rischio concreto per la salute, soprattutto per alcune categorie più vulnerabili.

Particolare attenzione deve essere riservata a:

- **anziani;**
- **persone fragili** e con patologie croniche;
- **donne in gravidanza;**
- **bambini piccoli;**
- **neonati;**
- persone che lavorano all'aperto;
- sportivi.

Il rischio principale è rappresentato da **disidratazione, colpi di calore**, abbassamenti di pressione e

aggravamento di patologie cardiovascolari e respiratorie.

Come proteggersi dal caldo: consigli utili

Per gli anziani

- **Bere acqua frequentemente**, anche senza avvertire sete.
- Restare negli ambienti più freschi della casa.
- Utilizzare ventilatori o climatizzatori mantenendo temperature non troppo basse.
- Evitare uscite tra **le 11 e le 18**.
- Indossare abiti leggeri e di colore chiaro.
- Controllare regolarmente la pressione se si soffre di ipotensione o ipertensione.

Per bambini e neonati

I più piccoli regolano la temperatura corporea con maggiore difficoltà.

È importante:

- offrire acqua frequentemente (quando appropriato all'età);
- allattare più spesso i neonati se alimentati al seno;
- non coprirli eccessivamente;
- evitare passeggiate nelle ore più calde;
- non lasciare mai passeggini o culle sotto il sole;
- utilizzare cappellino e protezione solare adeguata quando si esce.

Per le donne in gravidanza

Le alte temperature possono aumentare il rischio di:

- cali di pressione;
- disidratazione;
- gonfiore agli arti inferiori;
- affaticamento.

È consigliabile:

- bere molto durante tutta la giornata;
- fare pasti leggeri;
- evitare lunghi periodi in piedi;
- prediligere ambienti climatizzati o ben ventilati;
- consultare il medico in presenza di capogiri, contrazioni o malessere persistente.

Per chi lavora all'aperto

Chi svolge attività fisica o lavorativa sotto il sole dovrebbe:

- programmare il lavoro nelle ore più fresche;
- fare pause frequenti;
- bere regolarmente;
- utilizzare cappello, occhiali da sole e abbigliamento traspirante;

- evitare sforzi intensi durante le ore centrali della giornata.

Cosa non fare durante un'ondata di caldo

Durante una fase di **caldo estremo** è bene evitare alcuni comportamenti che possono aumentare il rischio di malori:

- **non aspettare di avere sete** prima di bere;
- evitare bevande alcoliche;
- limitare caffè e bibite molto zuccherate;
- non consumare pasti abbondanti e molto grassi;
- non praticare attività sportiva nelle ore più calde;
- non lasciare mai bambini, anziani o animali in auto, nemmeno per pochi minuti;
- non esporsi direttamente al sole tra tarda mattinata e pomeriggio.

Quando chiamare il medico o i soccorsi

È necessario intervenire rapidamente in presenza di sintomi come:

- temperatura corporea molto elevata;
- confusione mentale;
- perdita di coscienza;
- forte mal di testa;
- nausea e vomito persistenti;
- pelle molto calda e asciutta;
- difficoltà respiratorie.

Questi segnali possono indicare un **colpo di calore**, una condizione che richiede assistenza medica immediata.

Le previsioni per i prossimi giorni

Il fine settimana sarà ancora caratterizzato da **caldo africano intenso**, soprattutto al Centro-Sud, mentre il Nord continuerà a fare i conti con **temporali localmente violenti**.

La svolta è attesa tra **martedì e mercoledì**, quando l'arrivo di aria più fresca dal Nord Europa favorirà un deciso abbassamento delle temperature e condizioni climatiche decisamente più sopportabili su gran parte dell'Italia.

Dopo settimane dominate dall'afa e da valori eccezionali, milioni di italiani potranno finalmente beneficiare di un clima più fresco, ventilato e vicino alle medie del periodo.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/meteo-italia-weekend-di-fuoco-con-punte-fino-a-46-c-temporali-al-nord-e-poi-arriva-la-svolta-con-il-calo-delle-temperature/154104>