Meteo weekend, arriva il primo caldo estivo: anticiclone africano, afa e temperature oltre i 30°C

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Sabato 23 e domenica 24 maggio l’Italia vivrà una fase dal sapore pienamente estivo, con una bolla calda subtropicale in risalita dal Nord Africa e valori termici superiori alla media del periodo

Il **meteo del weekend** cambia volto e porta sull’Italia un assaggio deciso d’estate. Tra **sabato 23 e domenica 24 maggio**, infatti, il nostro Paese sarà interessato da una massa d’aria molto calda di origine subtropicale, collegata all’espansione dell’**anticiclone africano** verso il Mediterraneo.

Si tratterà di una fase stabile, soleggiata e decisamente calda per il periodo, con temperature che potranno raggiungere e superare i **30°C**in diverse zone. Il dato più significativo riguarda proprio il periodo dell’anno: siamo ancora in primavera, ma i valori attesi saranno più vicini a quelli tipici della fine di giugno.

Anticiclone africano sull’Italia: perché farà così caldo

La causa principale di questa improvvisa impennata termica è l’arrivo di una vera e propria **bolla**

calda subtropicale, alimentata da aria proveniente dal **Nord Africa**, in particolare dall'area compresa tra Marocco e Algeria.

Questa struttura di alta pressione agirà come una sorta di "coperchio" atmosferico. Da un lato limiterà l'ingresso delle perturbazioni atlantiche, favorendo condizioni più stabili; dall'altro spingerà l'aria verso il basso. Questo fenomeno, noto come **subsidenza**, provoca una compressione dell'aria che, scendendo verso il suolo, tende a riscaldarsi ulteriormente.

Il risultato sarà un mix di **sole**, **caldo anomalo**e aumento dell'umidità nei bassi strati dell'atmosfera. Proprio per questo motivo, oltre alle temperature elevate, si farà sentire anche una marcata **sensazione di afa**, soprattutto nelle aree urbane e nelle zone meno ventilate.

Sabato 23 e domenica 24 maggio: temperature fino a 30°C e oltre

Il fine settimana sarà caratterizzato da condizioni tipiche di inizio estate. Le temperature massime potranno raggiungere i **28-30°C sulle pianure del Nord**, mentre sui settori tirrenici del Centro-Sud e sulle Isole Maggiori si potranno superare diffusamente i **30°C**.

Tra le città più calde potrebbe esserci anche **Roma**, dove i valori potranno arrivare intorno ai **31°C**. Caldo intenso anche su Sardegna, Sicilia e lungo diverse zone interne e costiere del Centro-Sud.

Si tratta di temperature decisamente superiori alle medie stagionali. In molte aree, infatti, questi valori si registrano più frequentemente nella seconda parte di giugno, non nel mese di maggio. Per questo motivo si può parlare di una vera **prima ondata di caldo estivo** del 2026.

Caldo e afa: attenzione nelle ore centrali della giornata

Il primo caldo dell'anno può essere particolarmente insidioso perché l'organismo non è ancora abituato a temperature elevate. La **sensazione di afa**potrà rendere il caldo più fastidioso, soprattutto durante le ore centrali della giornata.

Sarà quindi importante adottare alcune semplici precauzioni: bere spesso, evitare l'esposizione prolungata al sole nelle ore più calde, proteggere bambini e anziani e prestare attenzione agli ambienti chiusi poco ventilati.

Anche se il calendario indica ancora primavera, i raggi solari di fine maggio possono essere già molto intensi. Per questo è consigliabile utilizzare protezione solare adeguata, soprattutto per i più piccoli e per chi trascorre molte ore all'aperto.

Non solo sole: possibili acquazzoni tra Calabria e Sicilia

Nonostante il dominio dell'**alta pressione**, non mancheranno alcune eccezioni. Quando l'anticiclone resta sbilanciato verso ovest, i suoi margini orientali possono risultare più vulnerabili all'ingresso di aria relativamente più fresca o instabile.

Per la giornata di **domenica 24 maggio**, non si esclude quindi la possibilità di locali **acquazzoni**, in particolare sulla **Calabria**, soprattutto lungo il versante tirrenico, e sulla **Sicilia centro-orientale**. Si tratterebbe di fenomeni localizzati, ma da monitorare, soprattutto nelle ore pomeridiane.

Tendenza prossima settimana: caldo ancora protagonista

La fase stabile e calda dovrebbe proseguire anche durante la **prossima settimana**, almeno fino alla fine di maggio. L'anticiclone africano continuerà a influenzare il tempo sull'Italia, mantenendo un

clima più vicino all’estate che alla primavera.

Secondo le tendenze, il picco del caldo potrebbe arrivare intorno a **mercoledì 27 maggio**, quando alcune aree del Centro-Nord potrebbero registrare valori ancora più elevati. Tra **Basso Piemonte, Emilia e Lombardia orientale**si potrebbe formare una sorta di “triangolo del caldo”, con punte fino a **35°C** in città come Piacenza, Cremona e Mantova.

Possibile cambiamento dopo il picco del caldo

Dopo la fase più intensa, le proiezioni indicano la possibilità di un cambiamento. L’arrivo di aria più fresca dai Balcani potrebbe entrare in contrasto con il caldo e l’umidità accumulati nei bassi strati dell’atmosfera.

Questo scenario potrebbe favorire un aumento dell’instabilità, con mattinate ancora soleggiate ma rischio di **temporali pomeridiani**, soprattutto al Centro e al Sud. Si tratta però di una tendenza da confermare nei prossimi aggiornamenti.

Un’estate anticipata già a maggio

Il quadro meteo dei prossimi giorni conferma una tendenza sempre più evidente: la stagione calda tende ad anticipare i tempi. L’arrivo di una **bolla calda subtropicale**già nel mese di maggio rappresenta un segnale importante, soprattutto se associato a temperature di diversi gradi superiori alla media.

Il weekend del **23 e 24 maggio** sarà dunque segnato da **caldo estivo**, **afa** e valori termici oltre i **30°C** su molte regioni. Una fase che richiederà prudenza, soprattutto per le fasce più fragili, e che potrebbe rappresentare il primo vero assaggio dell’estate 2026.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/meteo-weekend-arriva-il-primo-caldo-estivo-anticiclone-africano-afa-e-temperature-oltre-i-30-c/153043