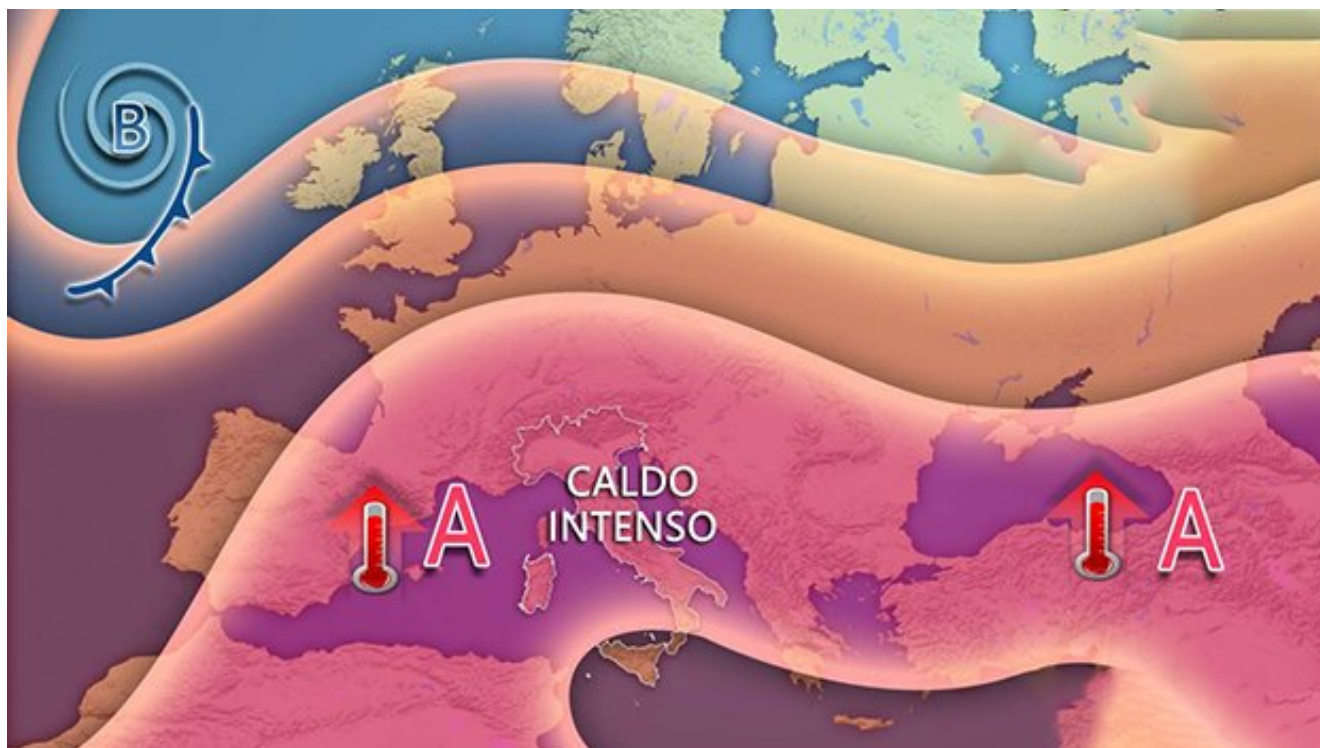


# Meteo Ferragosto: ondata di caldo africano sull'Italia, punte di 40°C e afa intensa

Data: 8 ottobre 2025 | Autore: Redazione



## Meteo Ferragosto: anticiclone africano sull'Italia, ondata di caldo con punte di 40°C e qualche temporale isolato

La settimana di Ferragosto sarà segnata dall'anticiclone africano che avvolgerà l'intero Paese, riportando stabilità, cieli sereni e temperature cocenti. Nelle prossime ore è atteso il picco del caldo, con valori che su molte aree d'Italia toccheranno o supereranno i 40°C.

Quando si parla di meteo estremo si pensa a nubifragi e grandinate; questa volta, invece, sarà il grande caldo a dominare la cronaca, complice un flusso d'aria rovente in risalita dal Sahara.

### Quadro generale: sole, afa e caldo in intensificazione

La circolazione anticiclonica di matrice africana sta già spingendo verso l'alto i termometri: il tempo è stabile quasi ovunque e il caldo intenso crescerà tra oggi e i prossimi giorni. Prepariamoci a una giornata dal sapore pienamente estivo—per molti anche estrema—con massime prossime alla soglia dei 40°C e afa in aumento.

## Dove farà più caldo

Dopo un risveglio di stampo tropicale (minime difficilmente sotto 23–24°C), i picchi più alti sono attesi in queste aree:

- Centro Italia: Prato, Firenze e Pistoia potranno toccare 39–40°C; Terni molto vicina a tali valori.
- Nord Italia: Bologna, Ferrara, Reggio Emilia, Parma, Mantova e Bolzano fino a 37–38°C, con umidità in crescita che renderà l'atmosfera più opprimente.
- Sud Italia: nelle aree interne della Campania valori simili al Centro; lungo le coste caldo attenuato ma con afa marcata.

## Cielo e fenomeni: sereno prevalente, ma non si escludono temporali di calore

Il sole splenderà indisturbato su gran parte del Paese per l'intera giornata. Nel pomeriggio non si escludono modesti addensamenti sulle aree montuose, con basso rischio di temporali isolati (i classici fenomeni di calore). Nel complesso, però, il contesto resterà stabile da Nord a Sud.

## Caldo e salute: attenzione allo stress termico

L'Heat Stress Index (stress termico)—che combina temperatura, umidità, vento e radiazione solare—raggiungerà valori elevati. Ciò può aumentare affaticamento, disidratazione e rischio di colpo di calore, soprattutto per le fasce più vulnerabili.

## Consigli pratici

### Anziani

- Bere spesso (anche senza sete) e privilegiare acqua e tisane non zuccherate.
- Evitare di uscire tra le 11 e le 18; restare in ambienti freschi e ventilati.
- Farmaci e patologie croniche: seguire le indicazioni mediche e non interrompere le terapie.

### Bambini

- Offrire acqua e frutta più volte al giorno; no bibite zuccherate.
- Giochi e sport solo al mattino presto o la sera; mai sotto il sole diretto.
- Abiti leggeri e chiari; cappellino e crema solare ad alta protezione.

### Donne (inclusa gravidanza)

- Limitare esposizioni prolungate; fare pause frequenti all'ombra.
- Pasti leggeri e ricchi d'acqua (verdura, frutta, yogurt); idratazione costante.
- In gravidanza: attenzione a gonfiori e pressione; in caso di malessere, rientrare in ambienti freschi e contattare il medico.

### Animali domestici

- Acqua fresca sempre disponibile; zone d'ombra in casa e all'aperto.
- Passeggiate solo nelle ore più fresche; evitare asfalto bollente.
- Mai lasciarli in auto, anche per pochi minuti.

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](#)

---

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

<https://www.infooggi.it/articolo/meteo-ferragosto-ondata-di-caldo-africano-sull-italia-punte-di-40-c-e-afa-intensa/147437>

