

# Meteo Italia, anticiclone africano protagonista: caldo intenso, temporali in arrivo e nuova ondata di calore al Centro-Sud

Data: 7 settembre 2026 | Autore: Redazione



## Weekend tra sole, afa e temporali: l'alta pressione domina ma non mancheranno fenomeni intensi al Nord. Ecco le previsioni e le aree in allerta

L'**anticiclone africano** continua a dominare la scena meteorologica sull'Italia, garantendo giornate prevalentemente soleggiate ma accompagnate da **temperature molto elevate**. Nei prossimi giorni il caldo resterà intenso su gran parte della Penisola, con valori che in alcune aree potranno sfiorare o superare i **40°C**.

Non mancheranno però alcuni momenti di instabilità. Tra venerdì e sabato, infatti, infiltrazioni di aria più fresca in quota favoriranno la formazione di **temporali**, localmente anche forti, soprattutto sulle regioni settentrionali. Successivamente l'alta pressione tornerà rapidamente a rafforzarsi, riportando condizioni di tempo stabile e un ulteriore aumento delle temperature.

## L'anticiclone africano mantiene l'Italia nella morsa del caldo

La vasta area di **alta pressione subtropicale** che interessa il Mediterraneo continua ad alimentare l'arrivo di masse d'aria molto calde provenienti dal Nord Africa.

Questo scenario garantisce:

- **sole prevalente** su gran parte del Paese;
- **temperature ben oltre le medie stagionali**;
- umidità elevata con conseguente aumento della sensazione di afa;
- temporali pomeridiani limitati principalmente alle zone montuose.

Le aree interne del Centro-Sud saranno tra quelle maggiormente interessate dal caldo intenso, mentre lungo le coste le brezze marine riusciranno solo in parte ad attenuare le temperature percepite.

## Weekend con una parentesi di maltempo al Nord

La novità più significativa riguarda il fine settimana.

Tra **venerdì e sabato** una modesta infiltrazione di aria più fresca in quota interesserà il Nord Italia, interrompendo temporaneamente la stabilità atmosferica.

### Sabato attesi temporali anche intensi

La giornata di sabato vedrà un progressivo aumento della nuvolosità sulle regioni settentrionali.

I fenomeni interesseranno inizialmente:

- **Triveneto**;
- **Alpi e Prealpi**;
- successivamente anche parte della **Val Padana**;
- locali rovesci potranno raggiungere gli **Appennini settentrionali**.

I contrasti tra il caldo accumulato al suolo e l'aria più fresca in quota potranno favorire la formazione di **temporali di forte intensità**, accompagnati da:

- **raffiche di vento**;
- **grandinate locali**;
- intensa attività elettrica.

Al Centro-Sud, invece, il tempo resterà generalmente stabile e soleggiato.

## Domenica torna il sole e riparte il caldo

La fase instabile sarà comunque molto breve.

Già da domenica l'**alta pressione** tornerà a rafforzarsi, riportando condizioni di cielo sereno o poco nuvoloso sulla maggior parte dell'Italia.

Soltanto le aree alpine e alcuni settori appenninici potranno assistere alla formazione di isolati temporali pomeridiani, fenomeni tipici della stagione estiva destinati a rimanere confinati alle zone montuose.

## Temperature in aumento: Sardegna oltre i 41°C

L'aspetto più rilevante sarà ancora una volta rappresentato dal **caldo estremo**.

Le temperature torneranno ad aumentare soprattutto al **Centro-Sud**, mentre la situazione più critica riguarderà la **Sardegna**, dove nelle zone interne si potranno raggiungere e localmente superare i **41°C**.

Anche molte città italiane registreranno valori superiori ai **35-38°C**, con un elevato disagio fisico dovuto all'afa.

Gli esperti prevedono inoltre che la prossima settimana l'ondata di calore possa intensificarsi ulteriormente nelle regioni centro-meridionali.

## Allerta meteo della Protezione Civile: temporali su cinque regioni

Parallelamente al caldo, il **Dipartimento della Protezione Civile** ha diffuso un nuovo avviso di condizioni meteorologiche avverse per la giornata di **giovedì 9 luglio**.

Le previsioni indicano lo sviluppo di **temporali**, anche di forte intensità, accompagnati da:

- **piogge intense;**
- **raffiche di vento;**
- **locali grandinate;**
- **frequente attività elettrica.**

## Allerta gialla per rischio temporali

È stata diramata **allerta gialla** per diversi territori di:

- **Lazio**
- **Abruzzo**
- **Molise**
- **Basilicata**
- **Calabria**

In Calabria l'allerta riguarda numerose aree sia del versante **tirrenico** sia di quello **jonico**, dove sono possibili criticità legate ai temporali, al rischio idrogeologico e al rischio idraulico.

## Le aree della Calabria interessate dall'allerta

Per la **Calabria** è prevista **allerta gialla** nelle seguenti zone:

- **Versante Jonico Settentrionale**
- **Versante Jonico Centro-settentrionale**
- **Versante Jonico Centro-meridionale**
- **Versante Tirrenico Settentrionale**
- **Versante Tirrenico Centro-settentrionale**
- **Versante Tirrenico Centro-meridionale**

Le autorità raccomandano particolare prudenza nelle aree maggiormente esposte ai fenomeni temporaleschi, soprattutto in prossimità di corsi d'acqua, vallate e zone soggette a possibili allagamenti.

## Prossima settimana ancora più calda

Le ultime elaborazioni meteorologiche indicano che la nuova settimana potrebbe essere caratterizzata da un ulteriore rafforzamento dell'**anticiclone africano**.

Se questa tendenza verrà confermata, il **Centro-Sud** sarà interessato da una nuova e intensa **ondata di calore**, con temperature diffusamente superiori alle medie del periodo e condizioni di afa persistente.

Sarà quindi importante seguire i prossimi aggiornamenti, poiché eventuali variazioni nella posizione dell'alta pressione potrebbero modificare la distribuzione del caldo e dei temporali.

## Caldo intenso in città: consigli utili per proteggersi

Le temperature elevate possono rappresentare un rischio soprattutto durante le ore più calde della giornata. Per questo è consigliabile adottare alcune semplici precauzioni.

### Per gli anziani

- Bere acqua frequentemente anche in assenza dello stimolo della sete.
- Evitare di uscire tra le **11:00 e le 18:00**.
- Mantenere gli ambienti freschi e ben ventilati.
- Prestare attenzione a eventuali sintomi come debolezza, vertigini o confusione.

### Per le donne

- Indossare abiti leggeri e di colore chiaro.
- Proteggersi con cappello e occhiali da sole.
- Evitare attività fisiche intense nelle ore più calde.
- Mantenere una corretta idratazione durante tutta la giornata.

### Per i bambini

- Far bere spesso acqua.
- Preferire giochi all'ombra o in ambienti climatizzati.
- Applicare una protezione solare adeguata e far indossare un cappellino.
- Non lasciare mai i bambini all'interno dell'automobile, nemmeno per pochi minuti.

### Per i neonati

- Offrire latte o poppate con maggiore frequenza, secondo le indicazioni del pediatra.
- Vestirli con indumenti in cotone leggero.
- Evitare l'esposizione diretta al sole.
- Controllare frequentemente che non manifestino segni di disidratazione o surriscaldamento.

Con l'arrivo di una nuova fase di **caldo intenso**, seguire queste semplici indicazioni può contribuire a ridurre i rischi per la salute, soprattutto per le categorie più fragili.

