

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Sole e raggi UV ai massimi: domenica da bollino rosso a Legnano e in tutta la Lombardia

Gea Somazzi · Sunday, July 19th, 2026

Il sole è protagonista anche oggi, domenica 19 luglio, e invita a trascorrere la giornata tra piscine, laghi e spiagge o semplicemente a concedersi qualche ora di tintarella. Attenzione, però: c'è anche un rischio da non sottovalutare, **ossia quello legato all'elevata intensità dei raggi ultravioletti.** A segnalarlo è ARPA Lombardia nell'ultimo bollettino sull'intensità della radiazione solare UV (ultravioletta) che al momento è molto elevato, con valori che raggiungono quota 9 in diverse province, tra cui Milano, Monza e Brianza e Varese.

Perciò anche a Legnano e zona l'esposizione ai raggi ultravioletti sarà particolarmente intensa nelle ore centrali della giornata. Non bisogna abbassare l'attenzione nel caso in cui vi è la presenza di qualche nube, perchè l'indice resterà comunque elevato, attestandosi intorno a 8, un livello che richiede comunque adeguate precauzioni.

Per lunedì 20 luglio è previsto un lieve calo dell'intensità della radiazione UV, con valori compresi tra 7 e 8, mentre martedì 21 luglio l'indice si manterrà ancora alto, tra 7 e 8, nonostante l'aumento della nuvolosità previsto in molte zone della regione che potrebbe portare a una perturbazione.

I consigli

Con un indice UV di questo livello è consigliabile: evitare l'esposizione diretta al sole tra le 11 e le 16; utilizzare una crema solare ad alta protezione (SPF 30 o 50+); **indossare cappello, occhiali da sole e indumenti leggeri; prestare particolare attenzione a bambini, anziani e persone con pelle chiara, più esposti al rischio di scottature.** Anche se il cielo dovesse velarsi temporaneamente, i raggi ultravioletti continuano a raggiungere il suolo: per questo è importante proteggersi durante tutte le attività all'aperto.

L'esposizione eccessiva ai raggi ultravioletti può provocare scottature, eritemi solari e invecchiamento precoce della pelle, oltre ad aumentare, nel tempo, il rischio di sviluppare tumori cutanei, tra cui il melanoma.. Per questo gli esperti raccomandano di evitare l'esposizione nelle ore più calde della giornata, utilizzare una crema solare ad alta protezione, indossare cappello e occhiali da sole con filtri UV e proteggere in modo particolare bambini, anziani e persone con pelle chiara, che sono più vulnerabili agli effetti del sole.

This entry was posted on Sunday, July 19th, 2026 at 12:45 pm and is filed under [Alto Milanese](#), [Legnano](#), [Lombardia](#), [Rhodense](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the

end and leave a response. Pinging is currently not allowed.