

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Caldo in Lombardia, Arpa: anche a Legnano temperature sopra i 30 gradi fino al 6 agosto

Gea Somazzi · Thursday, July 30th, 2026

La Lombardia, quindi anche il territorio di **Legnano e zona**, sarà interessata da un nuovo periodo di caldo intenso almeno fino a giovedì 6 agosto. A segnalarlo oggi, giovedì 30 luglio è Arpa Lombardia, che prevede temperature elevate su tutta la regione, con valori massimi tra 35 e 38 gradi in pianura e punte vicine ai 40 gradi nelle aree della bassa pianura.

**Si tratta di condizioni di forte disagio bioclimatico, quindi ci vuole una particolare attenzione alla salute:** «Lo stress per l'organismo è legato non solo alle elevate temperature – spiegano da Arpa -, ma anche al contenuto di umidità dell'aria. Nei prossimi giorni il grado di disagio quotidiano calcolato tramite l'indice Humidex raggiungerà il livello “Forte” su tutta la pianura e nei fondovalle a quote basse, con possibili picchi locali di “Molto Forte” sulle province meridionali, determinando condizioni di sollecitazione bioclimatica rilevanti, in particolare per i soggetti fragili e per chi opera o svolge attività all'aperto».

### Temperature elevate e notti tropicali

«Almeno fino a giovedì 6 agosto, la Lombardia sarà interessata da un nuovo e lungo periodo di temperature elevate», spiegano gli **esperti del Centro Regionale Idrometeo e Clima della Direzione Tecnica Monitoraggi e Prevenzione del Rischio Naturale di Arpa Lombardia**. L'ondata di calore è causata dall'espansione di un'area anticiclonica dalle latitudini subtropicali verso l'Italia, che sta già determinando il trascinarsi di aria molto calda di origine nordafricana. «Le temperature più elevate – precisano da Arpa – sono attese nel fine settimana, **quando nelle principali città lombarde le massime saranno comprese tra 35 e 38 gradi**. Nelle province di Cremona e Mantova sono possibili picchi prossimi ai 40 gradi».

**Il caldo continuerà anche durante la notte.** Nei grandi centri urbani, dove è più marcato l'effetto isola di calore, sono previste diffuse notti tropicali, con temperature minime costantemente superiori ai 20-22 gradi e, in alcuni casi, oltre i 25 gradi.

### Caldo anche in montagna e possibili temporali

L'ondata di calore interesserà anche le aree montane. Sulle Alpi e Prealpi si potranno raggiungere i 30 gradi fino a quote di 1.000-1.200 metri, mentre lo zero termico si manterrà tra 4.300 e 4.600 metri, favorendo il processo di ablazione estiva dei ghiacciai. **Secondo Arpa Lombardia, sulle montagne resterà possibile la formazione di rovesci e temporali**, soprattutto nelle ore pomeridiane e dopo il tramonto. Venerdì e da domenica 2 agosto i fenomeni potrebbero interessare localmente anche alcuni settori della pianura.

## I consigli per affrontare il caldo

Per limitare gli effetti delle alte temperature è consigliabile evitare di esporsi al sole nelle ore più calde della giornata, mantenersi ben idratati bevendo acqua con regolarità e consumare pasti leggeri. È inoltre opportuno indossare abiti chiari e traspiranti, rinfrescare gli ambienti quando possibile e prestare particolare attenzione a bambini, anziani e persone con patologie croniche. Chi svolge attività fisica o lavora all'aperto dovrebbe programmare le attività nelle ore più fresche della giornata, facendo pause frequenti e cercando zone d'ombra.

This entry was posted on Thursday, July 30th, 2026 at 12:51 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.