

# LE 5 SETTIMANE DEL POLPO

## «Sì, rischia di perder tempo»

Il dottor Tencone: «Il non intervento è una scelta che va rispettata, però la scienza medica la sconsiglia»

L'EX CAMPIONE AL MUSEUM

### Alla ripresa c'è anche Liam Brady



Liam Brady ieri a Torino

Dopo i due giorni di riposo post-tournée americana, ieri gli uomini di Allegri si sono ritrovati alla Continassa per riprendere la preparazione (la Juve debutta il 15 agosto contro il Sassuolo, allo Stadium: ore 20:45). Szczesny e De Sciglio hanno fatto differenziato. C'è anche stato modo di gustarsi una visita speciale: quella di Liam Brady, che in mattinata è stato accompagnato al Juventus Museum e nel pomeriggio ha seguito gli allenamenti. Due stagioni e due Scudetti per Liam, juventino dal 1980 al 1982. Tra cui quello della seconda stella sigillato proprio dal suo famoso rigore al Catanzaro. Il pallone calciato il 16 maggio 1982 è stato consegnato al Museum.



**G**ia a caldo, pronti via, il professor **Fabrizio Tencone** ci aveva aiutato a capire la situazione di **Paul Pogba**: le doppie possibili strade dell'intervento al menisco lesionato (meniscectomia o sutura), i tempi di recupero (rispettivamente uno/due mesi oppure 3/4 mesi), le conseguenze.

Ora che Paul Pogba ha preso la sua decisione - il non intervento - Tencone diventa persona giusta, e competente, per capire la ratio di tale scelta. E gli effetti. Lui che ora è direttore di Isokinetic Torino e che in passato per lungo tempo è stato medico o responsabile dell'intero settore medico della Juventus.

### Professor Tencone, cosa succederà ora?

«Nelle prossime cinque settimane il giocatore riprenderà progressivamente gli allenamenti. Non ci sono delle cure particolari. Quel menisco è rotto e nessuna cura del mondo lo riagguisterà. Rimarrà rotto. Tuttavia il pezzettino di menisco che si è staccato potrebbe iniziare a dare sempre meno fastidio e dolore a patto che, come si dice in gergo, non "incastrati il ginocchio" e non lo "mandi in blocco". Pogba potrebbe anche non sentire fastidio per niente, nel migliore dei casi. E quindi riprendere progressivamente gli allenamenti».

### Cosa vuol dire che il ginocchio "va in blocco"?

«Vuol dire che il ginocchio è bloccato dentro perché il pezzettino rotto si incastra nell'articolazione: il giocatore sente di non riuscire a distendere o piegare il ginocchio fino in fondo. Lo sente bloccato, appunto».

### Cosa può creare questo tipo di criticità?

«Il problema non è tanto correre o prendere un colpo, il problema è saltarci sopra con la rotazione. Pogba peraltro ha un gioco particolare, fa tutti quei numeri: si ferma, torna indietro, cambia passo... Questa

**FABIO RIVA**  
TORINO

specificità aumenta un po' il rischio che il ginocchio si blocchi. Poi, per carità, non è che capiti nulla di grave: verrebbe operato in quel momento lì. Però vuol dire ricominciare da capo tutto il discorso».

### A livello di preparazione quanto incidono questi 35 giorni di "attesa"?

«Beh, in tutto questo periodo il giocatore è fermo. Ricomincerà una fase di preparazione vera soltanto quando sarà completamente a posto. Le prime due o tre saranno riabilitazione: corsetta, piscina. Solo le ultime settimane saranno di preparazione vera».



Il dottor Fabrizio Tencone

### Una volta passate le 5 settimane servono accortezze particolari?

«No, a quel punto no. Altrimenti non avrebbe senso... Dopo le cinque settimane Pogba può allenarsi regolarmente».

### C'è il rischio che si riproponga il fastidio?

«A quanto risulta, c'è un rischio del 50 e 50».

### Invece con l'operazione?

«Con l'operazione si asporta il pezzettino rotto e non c'è più niente che si possa incastrare. Potrebbero esserci problemi solo con una nuova rottura, ma si tratta proprio di avere un altro infortunio».

### Ma in sostanza quali sono i vantaggi di scegliere di non farsi operare?

«Mah, ipotizzo che sia una scelta del giocatore. Immagino che la società l'abbia accettata e autorizzata, anche perché non puoi certo fare operare un giocatore contro la sua volontà, consapevole del fatto che a fronte di qualche eventuale vantaggio per il giocatore vi sono invece dei sicuri svantaggi per il club. La scelta medica, non della società, la scelta degli esperti medici di tutto il mondo in questi casi consiglia di fare ciò che fanno tutti i giocatori: togliere subito il pezzettino rotto. Se Pogba l'avesse fatto immediatamente dopo l'infortunio, avrebbe già guadagnato una settimana-dieci giorni».

©RIPRODUZIONE RISERVATA

J WOMEN - BRUTTA TEGOLA PER IL TECNICO MONTEMURRO

## Gama, frattura del piatto tibiale

UN LUNGO STOP PER IL CAPITANO DELLA JUVE E DELLA NAZIONALE INIZIATA LA FASE DI RECUPERO, DOVREBBE TORNARE TRA 45 GIORNI



Sara Gama, 33 anni, triestina, icona del calcio femminile italiano

**SILVIA CAMPANELLA**

La Juventus comincerà senza il suo capitano. Rientrata lunedì insieme alle altre otto azzurre impegnate all'Europeo, **Sara Gama** è stata costretta a fermarsi al primo step, quello delle visite mediche: dagli esami strumentali, infatti, è emersa un'infrazione al piatto tibiale della gamba destra. Primo giorno e prima brutta notizia per **Joe Montemurro**, che dovrà rinunciare a uno dei suoi pilastri per un mese ab-

bondante, quindi almeno per le prime due gare di campionato (contro il Como il 27 agosto, contro l'Inter nel week end del 10 e 11 settembre), oltre che per gli impegni nei preliminari di Champions League. Niente preparazione in gruppo per lei, dunque, ma un iter riabilitativo e fisioterapico "volto alla graduale ripresa dell'attività", come ha scritto in una nota la società. Che qualcosa non andasse era apparso già chiaramente oltremarica: trop-

po poco precisa, reattiva e prepotente, nel senso calcistico del termine, per come la conosciamo. Una gara sottotono con la Francia, poi la sostituzione dopo poco meno di un'ora contro l'Islanda, fino alla panchina contro il Belgio. Lei ci aveva messo la faccia, come fa sempre con onestà e chiarezza, non nascondendo, a esplicita domanda dopo le sue due deludenti prestazioni, che «sto come sto, né più né meno, sto così dalla preparazione». Quella che martedì non ha potuto cominciare con il suo club, quella a cui dovrà allinearsi progressivamente perché - non è nemmeno il caso di dirlo - questa Juventus ha bisogno del suo capitano. Di quello coraggioso palla al piede, vincente sulle marcature, sempre l'ultimo a mollare. E mentre

**LA SERIE A PARTENZA E POI L'ITALIA**

Dopo la giornata d'esordio, in cui la Juve giocherà in casa del Como, la A si fermerà per le ultime 2 gare di qualificazione ai Mondiali '23 delle azzurre, in testa al girone: il 2 settembre con la Moldavia, il 6 con la Romania

Salvai continua il suo percorso per tornare completamente a disposizione del tecnico, ma dopo la rottura del crociato non bisogna avere alcuna fretta, diventa quindi fondamentale il rientro di **Sembrant** (che insieme alle connazionali **Hurtig** e **Nilden** e all'olandese **Beerensteijn** è attesa lunedì) candidata con **Lenzini** a difendere il cuore dell'area bianconera nei primi impegni ufficiali, a partire dall'esordio, quello del 18 agosto a Vinovo contro il Racing FC Union Luxembourg nel primo turno preliminare di Champions League. Una coppia che conferma l'altissima qualità della rosa di Montemurro, a cui serve però l'artigianità al completo per poter vivere una stagione che si preannuncia a ritmi serratissimi. E che comincerà senza il capitano.