

**BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME**

**Term-End Examination**

**December, 2012**

**(APPLICATION ORIENTED PROGRAMME)**

**ANC-1 : NUTRITION FOR THE  
COMMUNITY**

*Time : 3 hours*

*Maximum Marks : 100*

*Note : Q.No. 1 is compulsory. Attempt 5 questions in all.  
All questions carry equal marks.*

1. (a) Define each of the following in 2-3 sentences : **10**
- (i) Recommended Dietary Intake
  - (ii) Kwashiorkor
  - (iii) Bitots spots
  - (iv) MUAC
  - (v) Food diary
- (b) Fill in the blanks : **10**
- (i) Amino acids in proteins are linked together by the \_\_\_\_\_ linkage.
  - (ii) \_\_\_\_\_ is also known as the 'sunshine vitamin.'
  - (iii) Deficiency of Iodine in pregnant women can lead to \_\_\_\_\_ in their offspring.
  - (iv) Under the NNACP, pregnant women get \_\_\_\_\_ mg of iron and \_\_\_\_\_ mcg of folic acid in the form of tablets.

- (v) \_\_\_\_\_ enzyme secreted by the pancreas helps in the digestion of fats.
- (vi) Deficiency of \_\_\_\_\_ leads to cheilosis and angular stomatitis.
- (vii) \_\_\_\_\_ solution should be given to a child suffering from diarrhoea.
- (viii) Deficiency of \_\_\_\_\_ hormone in the body results in increase in levels of glucose in the blood.
- (ix) Generally, the mineral \_\_\_\_\_ is restricted in the diet of a person with high blood pressure.
- (x) Low weight for height is called \_\_\_\_\_.

- 2. (a) Explain the effect of malnutrition on infection. 5
- (b) What do you understand by a balanced diet ? Discuss giving examples, how you will use food groups to plan a balanced diet. 8
- (c) Discuss the dietary modifications which are needed in a diabetics diet. 7
  
- 3. (a) Discuss the different factors which need to be considered while planning meals for a pregnant woman. 8
- (b) Explain briefly : 4+4+4
  - (i) Causative factors of PEM
  - (ii) Clinical features of Beriberi
  - (iii) Risk factors for Coronary Heart Disease

4. (a) How can you protect yourself from food poisoning due to bacteria ? 7
- (b) Discuss what the Government agencies do to keep a check on food standards and quality. 7
- (c) Describe the causes and clinical features of Lathyrism. 6
5. (a) Why is dietary fiber important for us ? Name four food sources rich in fiber. 5+2
- (b) What are some common chemical contaminants which may be present in our food ? 7
- (c) List some simple precautions which prevent nutrient losses during food preparation at home. 6
6. Justify the following statements giving examples.
- (a) Sprouting and fermentation improve nutritive value of grains. 5+5+5+5
- (b) Vitamin A is important for normal vision.
- (c) Good food labels can tell us a lot about the food product.
- (d) Simple processes can be adopted to preserve food at home.
7. (a) Explain the role of food budgeting in keeping expenditure on food within the limits of one's income. 10

- (b) What are the major causes of food spoilage ? 6
- (c) What points would you keep in mind while selecting fats and oils for your family ? 4

8. Write short notes on *any four* of the following :

- (a) Preventive measures of Iron deficiency 5x4=20
  - (b) Health hazards of food adulterants
  - (c) Prevention and control of IDD
  - (d) Consequences of Maternal Malnutrition
  - (e) MDM Programme
-

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2012

( व्यवहार-मूलक कार्यक्रम )

ए.एन.सी.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है। कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।  
सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (a) निम्नलिखित प्रत्येक को 2-3 वाक्यों में परिभाषित कीजिए : 10
- (i) पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
  - (ii) क्वाशियोरकार
  - (iii) बिटोट बिन्दु
  - (iv) एम यू ए सी
  - (v) आहार डायरी
- (b) रिक्त स्थान भरिए : 10
- (i) प्रोटीन में एमिनो अम्ल \_\_\_\_\_ संयोजन से एक दूसरे के साथ जुड़े होते हैं।
  - (ii) \_\_\_\_\_ 'सनशाइन विटामिन' भी कहलाता है।
  - (iii) गर्भवती महिलाओं में आयोडीन की कमी से उनके शिशुओं को \_\_\_\_\_ हो सकता है।

- (iv) एन एन ए सी पी के अन्तर्गत, गर्भवती महिलाओं को लौह तत्व का \_\_\_\_\_ mg और गोलियों के रूप में फोलिक अम्ल का \_\_\_\_\_ दिया जाता है।
- (v) अग्न्याशय द्वारा स्रावित \_\_\_\_\_ mcg एंजाइम वसा के पाचन में मदद करता है।
- (vi) \_\_\_\_\_ की कमी से कीलोसिस और कोणीय मुखपाक हो जाता है।
- (vii) पेचिश से पीड़ित बच्चे को \_\_\_\_\_ घोल दिया जाना चाहिए।
- (viii) शरीर में \_\_\_\_\_ हारमोन की कमी के कारण रक्त में शर्करा के स्तर बढ़ जाते हैं।
- (ix) उच्च रक्तचाप वाले व्यक्ति के आहार में सामान्यतः \_\_\_\_\_ खनिज लवण पर प्रतिबंध होता है।
- (x) ऊँचाई के अनुरूप कम भार होना \_\_\_\_\_ कहलाता है।

2. (a) संक्रमण पर कुपोषण के प्रभाव का वर्णन कीजिए। 5
- (b) संतुलित आहार से आप क्या समझते हैं? संतुलित आहार की योजना बनाने में आप खाद्य वर्गों का प्रयोग किस प्रकार करेंगे - उदाहरण देते हुए चर्चा कीजिए। 8
- (c) मधुमेह से पीड़ित व्यक्ति के आहार में जो आहार-संबंधी बदलाव किए जाने चाहिए उनकी जानकारी दीजिए। 7

3. (a) गर्भवती महिला के लिए आहारों की योजना बनाते समय जो विभिन्न कारक ध्यान में रखे जाने चाहिए उनकी चर्चा कीजिए। 8
- (b) संक्षेप में बताइए : 4+4+4
- (i) पी ई एम होने के कारण
- (ii) बेरी-बेरी के लक्षण
- (iii) हृद् धमनी संबंधी रोग के खतरे के कारण
4. (a) आप बैक्टीरिया (जीवाणु) से होने वाली खाद्य विषाक्तता से स्वयं का बचाव कैसे कर सकते हैं? 7
- (b) खाद्य मानकों और गुणवत्ता पर निगरानी रखने के लिए सरकारी एजेंसियाँ क्या करती हैं - जानकारी दीजिए। 7
- (c) कलायखंज के कारणों और नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए। 6
5. (a) आहारिय रेशा हमारे लिए क्यों महत्वपूर्ण है? रेशे की प्रचुरता वाले चार खाद्य-स्रोतों के नाम बताइए। 5+2
- (b) कुछ ऐसे सामान्य रासायनिक प्रदूषक कौन से हैं जो हमारे आहार में विद्यमान हो सकते हैं? 7
- (c) घर पर भोजन बनाते समय पोषक तत्वों की क्षति होने से रोकने के लिए जो कुछ साधारण सावधानियाँ बरती जा सकती हैं उन्हें सूचीबद्ध कीजिए। 6

6. उदाहरण देते हुए निम्नलिखित कथनों की पुष्टि कीजिए : 5+5+5+5
- अंकुरण और खमीरीकरण से अनाजों का पौष्टिक मान बेहतर हो जाता है।
  - सामान्य दृष्टि के लिए विटामिन ए महत्वपूर्ण है।
  - अच्छे खाद्य लेबल हमें खाद्य उत्पाद संबंधी काफी जानकारी दे सकते हैं।
  - घर पर खाद्य पदार्थ परिरक्षित करने के लिए सरल प्रक्रियाएँ अपनाई जा सकती हैं।
7. (a) व्यक्ति की आय की सीमा के अन्दर खाद्य पर व्यय की योजना बनाने में खाद्य-बजट की भूमिका का वर्णन कीजिए। 10
- (b) खाद्य पदार्थों के खराब होने के मुख्य कारण कौन से हैं? 6
- (c) अपने परिवार के लिए वसा व तेलों का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे? 4
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :  $5 \times 4 = 20$
- लौह तत्व की कमी की रोकथाम के लिए निरोधक उपाय
  - खाद्य मिलावट से स्वास्थ्य को होने वाले खतरे
  - आई डी डी की रोकथाम और नियंत्रण
  - मातृक कुपोषण के परिणाम
  - एम डी एम कार्यक्रम