

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND  
CHILD CARE**

**Term-End Examination**

**December, 2017**

**CNCC-001 : NUTRITION FOR THE  
COMMUNITY**

*Time : 3 hours*

*Maximum Marks : 100*

- Note :** (i) *Attempt Five questions in all.*  
(ii) *Question no. 1 is compulsory.*  
(iii) *All questions carry equal marks.*

- 
1. (a) Explain the following in 2-3 sentences each : 10
- (i) Enzyme
  - (ii) Extracellular fluid
  - (iii) Sedentary adult
  - (iv) Gelatinization
  - (v) Fluorosis
- (b) Fill in the blanks : 5
- (i) Massive dose of vitamin A provided under the National Prophylaxis programme for prevention of nutritional blindness is \_\_\_\_\_ IU per child.
  - (ii) MUAC less than \_\_\_\_\_ cm indicates severe malnutrition.

- (iii) To partially cook by dipping in boiling water for few seconds to two minutes is called \_\_\_\_\_.
- (iv) \_\_\_\_\_ is the process whereby nutrients move from the intestine to the blood.
- (v) The main function of proteins in our body is \_\_\_\_\_.
- (c) Give one rich food source of the following nutrients : 5
- (i) Calcium
- (ii) Iron
- (iii) Non-available carbohydrate
- (iv)  $\beta$  Carotene
- (v) Cobalamin (vitamin B<sub>12</sub>)
2. Justify the following statements giving appropriate examples : 10+10
- (a) Lactation makes considerable nutritional demands on women.
- (b) Complementary feeding is essential around six months of age.
3. (a) Differentiate between visible and invisible fats in our diet giving appropriate examples. 6
- (b) What measures would you adopt to improve the quality of protein in your diet ? 6
- (c) Define water balance. What role does water play in our body ? 3+5
4. (a) What is a food budget ? Discuss the factors that influence a family food budget. 2+6
- (b) Explain, briefly the principles of food preservation, citing suitable examples. 12

5. (a) Discuss the factors affecting energy requirements of an adult man. Present the RDA's for energy for sedentary, moderate and heavy working man. 8+2
- (b) Define adolescence. Describe the characteristics of adolescence. 2+5
- (c) Give one example of a packed lunch you will advocate for a school going child. Justify the choice. 1+2
6. (a) Explain the dietary management of the following disorders : 5+5
- (i) Hypertension
- (ii) Obesity
- (b) Describe the objectives, beneficiaries and components of the following nutrition programmes : 5+5
- (i) National Nutritional Anaemia Control Programme
- (ii) ICDS
7. (a) Enumerate the resources required to set up a food service unit. 6
- (b) Briefly discuss the equipments required in a food service unit. 6
- (c) "Cycle menu is the central point of all activities in a food service establishment." Justify the statement. 8
8. Write short notes on any four of the following : 5+5+5+5
- (a) Growth monitoring
- (b) Prevention of PEM in the community
- (c) Deficiency of Niacin
- (d) Causes of food spoilage
- (e) Adulteration and its prevention
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2017

सी.एन.सी.सी.-001 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

- नोट : (i) कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।  
(ii) प्रश्न सं. 1 अनिवार्य है।  
(iii) सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (a) निम्नलिखित प्रत्येक को 2-3 वाक्यों में स्पष्ट कीजिए : 10
- (i) एंजाइम
  - (ii) कोशिका बाह्य द्रव्य
  - (iii) अल्पश्रम करने वाला वयस्क
  - (iv) जिलेटिनीकरण
  - (v) फ्लुओरोसिस
- (b) रिक्त स्थान भरिए : 5
- (i) पोषणज अंधता की रोकथाम के लिए राष्ट्रीय रोग निरोधक कार्यक्रम के अंतर्गत प्रदान की जाने वाली विटामिन ए की बड़ी खुराक \_\_\_\_\_ IU प्रति बच्चा है।
  - (ii) \_\_\_\_\_ से.मी. से कम एम.यू.ए.सी. गंभीर कुपोषण का सूचक होता है।

- (iii) उबलते पानी में कुछ सेकेंड से दो मिनट तक डुबोकर आंशिक रूप से पकाना \_\_\_\_\_ कहलाता है।
- (iv) \_\_\_\_\_ वह प्रक्रिया है जिसमें पोषक तत्व आंत से रक्त में पहुँचते हैं।
- (v) हमारे शरीर में प्रोटीन का मुख्य कार्य \_\_\_\_\_ है।
- (c) निम्नलिखित पोषक-तत्वों का एक उत्तम खाद्य-स्रोत 5 बताइए :
- (i) कैल्सियम
- (ii) लौह तत्व
- (iii) अनुपलब्ध कार्बोज
- (iv) बीटा कैरोटिन
- (v) विटामिन बी<sub>12</sub> (Cobalamin)

2. समुचित उदाहरण देते हुए निम्नलिखित कथनों की पुष्टि कीजिए : 10+10

- (a) स्तन्यकाल के दौरान महिलाओं की पोषणात्मक जरूरत बहुत ज्यादा बढ़ जाती है।
- (b) छह माह की आयु के आसपास पूरक आहार देना अनिवार्य है।

3. (a) समुचित उदाहरण देते हुए हमारे आहार में दृश्य और अदृश्य वसा के बीच अंतर स्पष्ट कीजिए। 6
- (b) अपने आहार में प्रोटीन की गुणवत्ता बेहतर करने के लिए आप क्या उपाय करेंगे ? 6
- (c) जल-संतुलन को परिभाषित कीजिए। हमारे शरीर में जल की क्या भूमिका है ? 3+5

4. (a) खाद्य-बजट क्या है? परिवार के खाद्य बजट को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए। 2+6
- (b) उचित उदाहरण देते हुए खाद्य परिरक्षण के सिद्धांतों का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 12
5. (a) वयस्क पुरुष की ऊर्जा-आवश्यकताओं को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए। अल्पश्रम, सीमित और भारी श्रम (काम) करने वाले पुरुष की ऊर्जा की आर डी ए प्रस्तुत कीजिए। 8+2
- (b) किशोरावस्था को परिभाषित कीजिए। किशोरावस्था की विशेषताओं का वर्णन कीजिए। 2+5
- (c) स्कूल जाने वाले बच्चे के लिए आप जो दोपहर का पैकड भोजन सुझाएंगे, उसका एक उदाहरण दीजिए। आपने यह भोजन क्यों चुना, उसकी पुष्टि कीजिए। 1+2
6. (a) निम्नलिखित विसंगतियों की आहार-व्यवस्था का वर्णन कीजिए। 5+5
- (i) उच्च रक्त चाप
- (ii) मोटापा
- (b) निम्नलिखित पोषण कार्यक्रमों के उद्देश्यों, लाभार्थियों और घटकों का वर्णन कीजिए : 5+5
- (i) राष्ट्रीय पोषणज एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम
- (ii) आई सी डी एस

7. (a) खाद्य परिवेषण इकाई स्थापित करने के लिए अपेक्षित संसाधनों का वर्णन कीजिए। 6
- (b) खाद्य परिवेषण इकाई के लिए अपेक्षित उपकरणों की संक्षेप में चर्चा कीजिए। 6
- (c) “साप्ताहिक व्यंजन-सूची खाद्य परिवेषण संस्था की सभी गतिविधियों की केंद्र-बिन्दु होती है।” कथन की पुष्टि कीजिए। 8
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (a) वृद्धि अनुवीक्षण
- (b) समुदाय में पी.ई.एम. की रोकथाम
- (c) नियासिन की कमी
- (d) खाद्य पदार्थ के खराब होने के कारण
- (e) मिलावट अपमिश्रण और इसकी रोकथाम
-