

BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME

Term-End Examination

12922

December, 2018

(APPLICATION ORIENTED PROGRAMME)

ANC-01 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

Note : Question no. 1 is compulsory. Attempt five questions in all. All questions carry equal marks.

1. (a) Explain the following in 2 - 3 sentences each : 10
- (i) Recommended Dietary Intakes
 - (ii) Cretinism
 - (iii) Pellagra
 - (iv) Atherosclerosis
 - (v) Health
- (b) Fill in the blanks with suitable words : 10
- (i) One gram of protein provides approximately _____ kcal.
 - (ii) Building blocks of proteins are called _____.
 - (iii) An example of a perishable food is _____.

- (iv) Non-available carbohydrate is also known as _____ .
- (v) Preservatives used in making orange squash are _____ and _____ .
- (vi) Lathyrism is due to excessive consumption of the dal called _____ .
- (vii) The hormone required to control blood glucose levels is called _____ .
- (viii) OPV is the oral vaccine given to children to protect them against the disease called _____ .
- (ix) Low weight for height is called _____ .
- (x) Angular cheilosis is seen in the deficiency of _____ .

2. (a) What do you understand by 'growth monitoring' ? Outline the steps of growth monitoring. 7
- (b) List the points to consider while selecting milk and milk products for the household. 7
- (c) Explain the dietary management of diarrhoea. 6

3. (a) What are the points to be kept in mind while storing food items in a food service establishment ? 8
- (b) Discuss the factors which influence food spoilage. 5
- (c) Describe the supplementary nutrition component of ICDS for all the beneficiaries. 7
4. (a) Describe the clinical features of Vitamin A deficiency. 8
- (b) What are the physiological changes that take place in the body of a pregnant woman ? How do these affect the requirements for different nutrients ? 8
- (c) What are the functions of Vitamin C in our body ? 4
5. (a) What do you understand by the term 'balanced diet' ? How would you plan a balanced diet with the help of food groups ? 10
- (b) List some of the commonly found adulterants in different foods sold in our country. Describe the hazard posed to our health by any five of them. 10

6. (a) What are the do's and don'ts to remember while planning meals for older adults ? 8
- (b) Discuss the points you need to keep in mind for purchasing packed food products in the context of labelling. 7
- (c) List ways by which nutrient losses can be prevented or minimised during food preparation. 5
7. (a) What suggestions would you give to the mother of a school-going child to plan a balanced nutritious packed lunch for her child ? 5
- (b) Enumerate the measures which can be implemented to prevent PEM. 5
- (c) Explain the effects of malnutrition on infection. 5
- (d) What dietary modifications would you suggest for diabetics ? 5
8. Write short notes on any *four* of the following : 4×5=20
- (a) Functions of iron
- (b) Dietary considerations for an adolescent
- (c) Importance of breast milk
- (d) Measures to enhance nutritive value of foods
- (e) Clinical features of Vitamin D deficiency
- (f) Fluorosis
-

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2018

(व्यवहारमूलक कार्यक्रम)

ए.एन.सी.-01 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (क) निम्नलिखित प्रत्येक को 2-3 वाक्यों में स्पष्ट कीजिए : 10
- पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
 - क्रेटीनता
 - पेलाग्रा
 - ऐथिरोकाठिन्य
 - स्वास्थ्य
- (ख) उपयुक्त शब्दों से रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 10
- एक ग्राम प्रोटीन से लगभग _____ कि.कै. प्राप्त होती है।
 - प्रोटीन की निर्माण इकाइयाँ _____ कहलाती हैं।
 - _____ ज़ल्द खराब होने वाले खाद्य-पदार्थ का एक उदाहरण है।

- (iv) अनुपलब्ध कार्बोज़ _____ भी कहलाते हैं ।
- (v) संतरे के स्क्वाश बनाने के लिए _____ और _____ परिरक्षकों का प्रयोग किया जाता है ।
- (vi) कलायखंज _____ नामक दाल के अत्यधिक सेवन के कारण होता है ।
- (vii) रक्त शर्करा स्तरों को नियंत्रित करने के लिए _____ नामक हॉर्मोन की आवश्यकता है ।
- (viii) ओ.पी.वी. एक मुँह द्वारा दिया जाने वाला वैक्सीन है जो बच्चों को _____ नामक रोग से बचाने के लिए दिया जाता है ।
- (ix) ऊँचाई के अनुरूप कम वज़न _____ कहलाता है ।
- (x) कोणीय मुखपाक (ओष्ठ-विदरण) _____ की कमी में दिखाई देता है ।

2. (क) 'वृद्धि अनुवीक्षण' से आप क्या समझते हैं ? वृद्धि अनुवीक्षण के चरणों की रूपरेखा प्रस्तुत कीजिए । 7
- (ख) घर के लिए दूध व दूध से बने उत्पादों का चयन करते समय ध्यान रखने योग्य बातों को सूचीबद्ध कीजिए । 7
- (ग) अतिसार की आहार व्यवस्था की व्याख्या कीजिए । 6

3. (क) खाद्य परिवेषण संस्था में खाद्य-पदार्थों का भंडारण करते समय किन बातों को ध्यान में रखना चाहिए ? 8
- (ख) खाद्य-पदार्थों के खराब होने को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए । 5
- (ग) सभी लाभार्थियों के लिए आई.सी.डी.एस. के पूरक पोषक घटक का वर्णन कीजिए । 7
4. (क) विटामिन ए की कमी के नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए । 8
- (ख) गर्भवती महिला के शरीर में कौन-से शारीरिक परिवर्तन होते हैं ? इनके कारण विभिन्न पोषक-तत्त्वों की आवश्यकताओं पर क्या प्रभाव पड़ता है ? 8
- (ग) हमारे शरीर में विटामिन सी के क्या कार्य हैं ? 4
5. (क) 'संतुलित आहार' से आप क्या समझते हैं ? खाद्य-वर्गों की सहायता से आप संतुलित आहार की योजना कैसे बनाएँगे ? 10
- (ख) हमारे देश में विभिन्न खाद्य-पदार्थों में आमतौर पर पाए जाने वाले कुछ मिलावटी पदार्थों की सूची बनाइए । इनमें से किन्हीं पाँच द्वारा हमारे स्वास्थ्य को जो खतरे हो सकते हैं, उनका वर्णन कीजिए । 10

6. (क) वृद्ध व्यक्तियों के लिए आहारों की योजना बनाने समय किन करने और न करने योग्य बातों को ध्यान में रखना चाहिए ? 8
- (ख) पैकड (डिब्बाबंद) खाद्य-पदार्थ खरीदते समय उनके लेबल के संदर्भ में ध्यान रखने योग्य ज़रूरी बातों की चर्चा कीजिए । 7
- (ग) भोजन पकाते समय पोषक-तत्त्वों को नष्ट होने से रोकने या कम करने के तरीकों को सूचीबद्ध कीजिए । 5
7. (क) स्कूलगामी बच्ची की माँ को उसकी बच्ची के लिए संतुलित पौष्टिक पैकड लंच देने के संबंध में आप क्या सुझाव देंगे ? 5
- (ख) पी.ई.एम. की रोकथाम के लिए किए जाने वाले उपायों का वर्णन कीजिए । 5
- (ग) संक्रमण पर कुपोषण के प्रभावों की व्याख्या कीजिए । 5
- (घ) मधुमेह के रोगियों के लिए आप आहार में परिवर्तन करने संबंधी क्या सुझाव देंगे ? 5
8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : $4 \times 5 = 20$
- (क) लौह-तत्त्व के कार्य
- (ख) किशोर के लिए आहार-संबंधी विचारणीय बातें
- (ग) माँ के दूध का महत्त्व
- (घ) खाद्य-पदार्थों के पोषक मान बढ़ाने के उपाय
- (ङ) विटामिन डी की कमी के नैदानिक लक्षण
- (च) फ्लुओरोसिस