

1578782

No. of Printed Pages : 8

ANC-1

**BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME  
(BDP)**

**Term-End Examination**

**December, 2019**

**ANC-1 : APPLICATION-ORIENTED PROGRAMME :  
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. (i) List the *three* physiological functions of food. 3
- (ii) Define nutrition and health.  $2\frac{1}{2}$
- (iii) List any *five* signs of good health.  $2\frac{1}{2}$
- (iv) What do you understand by nutritional status?  $2\frac{1}{2}$
- (v) List any *five* organs of the digestive system.  $2\frac{1}{2}$

- (vi) Differentiate between Anabolism and Catabolism.  $2\frac{1}{2}$
- (vii) What is water balance ?  $2\frac{1}{2}$
- (viii) List the sources of animal and vegetable proteins in your diet. 2
2. (a) Explain the functions of the following macronutrients in our body : 5+5+5
- (i) Carbohydrates
  - (ii) Fats
  - (iii) Proteins
- (b) What are fatty acids ? Differentiate between saturated, unsaturated and essential fatty acids. 5
3. (a) Present a brief review on water-soluble vitamins and their role in our body. Give appropriate examples in support of your answer. 10
- (b) Elaborate on the food sources and functions of the following nutrients : 5+5
- (i) Vitamin 'A'
  - (ii) Iron
4. (a) Define Recommended Dietary Allowances (RDA). Elaborate on its use in planning balanced diets. 2+5

- (b) Explain the concept of a balanced diet. 5
- (c) Discuss the use of three food groups in planning balanced diets. 8
5. What points would you keep in mind while planning diet for the following? 5+5+5+5
- (i) Lactating women
  - (ii) Adolescent girl
  - (iii) Pre-school child
  - (iv) Elderly
- Explain briefly, giving examples.
6. Explain the following briefly: 5+5+5+5
- (i) Causes of food spoilage
  - (ii) Methods of food storage
  - (iii) Principles of food preservation
  - (iv) Common adulterants (any *five*) and their health hazards
7. (a) Discuss the preventive measures for the following nutrient deficiency disorders: 5+5
- (i) Iron deficiency anaemia
  - (ii) Vitamin A deficiency
- (b) What dietary modification would you recommend for the following? 5+5
- (i) Diabetic adult
  - (ii) Hypertensive bank manager
- Explain the dietary management briefly.

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

5+5+5+5

- (a) Use of Anthropometric measurements in assessing nutritional status
- (b) Services and beneficiaries of the ICDS programme
- (c) Brief review on the typical operations of a food service unit (also illustrate the flow chart)
- (d) Dietary management of diarrhoea
- (e) Clinical features of Vitamin 'D' deficiency and its prevention.

ए. एन. सी.-1

स्नातक उपाधि कार्यक्रम ( बी. डी. पी. )

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2019

ए. एन. सी.-1 : व्यवहारमूलक कार्यक्रम : 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. (i) भोजन के तीन शरीरक्रियात्मक कार्यों को सूचीबद्ध  
कीजिए। 3
- (ii) पोषण और स्वास्थ्य को परिभाषित कीजिए।  $2\frac{1}{2}$
- (iii) अच्छे स्वास्थ्य को दर्शाने वाले किन्हीं पाँच चिन्हों  
को सूचीबद्ध कीजिए।  $2\frac{1}{2}$
- (iv) पोषणात्मक स्तर से आप क्या समझते हैं?  $2\frac{1}{2}$
- (v) पाचन तंत्र के किन्हीं पाँच अंगों को सूचीबद्ध  
कीजिए।  $2\frac{1}{2}$
- (vi) उपचय और अपचय के बीच अन्तर बताइए।  $2\frac{1}{2}$
- (vii) जल संतुलन क्या है?  $2\frac{1}{2}$

(viii) अपने आहार के पशुजन्य और वानस्पतिक प्रोटीन के स्रोतों को सूचीबद्ध कीजिए। 2

2. (क) हमारे शरीर में निम्नलिखित स्थूल-पोषक तत्वों के कार्यों का वर्णन कीजिए : 5+5+5

(i) कार्बोज

(ii) वसा

(iii) प्रोटीन

(ख) वसा अम्ल क्या हैं ? संतृप्त, असंतृप्त और अनिवार्य वसा अम्लों के बीच अन्तर स्पष्ट कीजिए। 5

3. (क) जल विलेय विटामिनों और हमारे शरीर में उनकी भूमिका का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत कीजिए। अपने उत्तर के पक्ष में समुचित उदाहरण दीजिए। 10

(ख) निम्नलिखित पोषक तत्वों के खाद्य स्रोतों और कार्यों का वर्णन कीजिए : 5+5

(i) विटामिन 'ए'

(ii) लौह तत्व

4. (क) पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा को परिभाषित कीजिए। संतुलित आहारों की योजना बनाने में इनके प्रयोग का विस्तार में वर्णन कीजिए। 2+5

(ख) संतुलित आहार की अवधारणा को स्पष्ट कीजिए।

5

(ग) संतुलित आहार नियोजन में तीन खाद्य वर्गों के प्रयोग की चर्चा कीजिए।

8

5. निम्नलिखित के लिए आहार की योजना बनाते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ?

5+5+5+5

(i) स्तनपान कराने वाली महिला

(ii) किशोरी

(iii) स्कूल-पूर्व बच्चा

(iv) वृद्ध व्यक्ति

उदाहरण देते हुए, संक्षेप में वर्णन कीजिए।

6. निम्नलिखित का संक्षेप में वर्णन कीजिए :

5+5+5+5

(i) खाद्य पदार्थों के खराब होने के कारण

(ii) खाद्य संग्रहण की विधियाँ

(iii) खाद्य परिरक्षण के सिद्धान्त

(iv) सामान्य अपमिश्रक (कोई पाँच) और उनसे स्वास्थ्य को होने वाले खतरे

7. (क) निम्नलिखित पोषक तत्व हीनताजन्य विसंगतियों के निरोधक उपायों की चर्चा कीजिए :

5+5

(i) लौह तत्व की कमी से एनीमिया

(ii) विटामिन 'ए' की कमी

(ख) निम्नलिखित आहारों में आप क्या परिवर्तन सुझायेंगे ? 5+5

(i) मधुमेहग्रस्त वयस्क

(ii) उच्च रक्तचाप से ग्रस्त बैक प्रबन्धक

संक्षेप में आहारिय प्रबंधन को समझाइए।

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5

(क) पोषक स्तर का निर्धारण करने में मानवमिवीय मापों का प्रयोग

(ख) आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम की सेवाएँ और लाभार्थी

(ग) खाद्य परिवेषण इकाई के विशिष्ट संचालनों की संक्षिप्त समीक्षा (फ्लोचार्ट भी दीजिए)

(घ) पेचिश में आहार व्यवस्था

(ङ) विटामिन 'डी' की कमी के नैदानिक लक्षण और उसकी रोकथाम