

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE**

Term-End Examination

June, 2013

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

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

*Note : Question No. 1 is compulsory. Attempt five questions
in all.*

1. (a) Differentiate between the following sets of 10 terms.
- (i) Diet and Nutrition
 - (ii) Fibre and Starch
 - (iii) Amino acids and Fatty acids
 - (iv) Food infection and Food intoxication
 - (v) Mild hypertension and Severe hypertension.
- (b) Give one example for each of the following : 10
- (i) Saturated fat
 - (ii) Risk factor of coronary heart disease
 - (iii) Food accessories
 - (iv) Industrial contaminant of food
 - (v) Clinical feature of pellagra

- (vi) Food sources of beta-carotene
 - (vii) Biochemical assessment.
 - (viii) Function of magnesium
 - (ix) Extracellular fluid mineral
 - (x) ICDS functionalities
2. (a) Briefly explain the functions of food in our body. 7
 - (b) What are the important functions performed by carbohydrates in our body? 6
 - (c) List the sources of animal and vegetable proteins in your diet. Explain how body digests, absorbs and utilizes dietary proteins. 2+5
3. (a) Why do we need iodine? What are its food sources? What are the consequences of iodine deficiency? 3+2+2
 - (b) Define Xerophthalmia. Enlist the measures to combat Xerophthalmia. 2+4
 - (c) Comment on the modification in the nutritional needs of a diabetic patient. 7
4. (a) What is a food budget? Elaborate on the factors that influence the food budget. 2+6
 - (b) Indicate the points you would consider while selecting fats and oils. 5

- (c) Comment on the nutritional contribution of green leafy vegetables and other vegetables in our diet. 7
5. (a) Enlist the factors which contribute to food spoilage. 5
- (b) Briefly explain the common techniques which you would use to prevent or delay decomposition of food by microorganisms. 10
- (c) What are food standards ? 5
6. (a) Give the objectives, target groups/ beneficiaries and components/method of distribution of benefits of the following programmes. 7+8
- National Anaemia Control Programme
 - ICDS.
- (b) What is growth monitoring ? 5
7. (a) Briefly explain the factors that influence the nutrient intake of adolescent. 10
- (b) As a hostel warden you are responsible for providing nutritious meals to adolescent girls in the college. Explain the significance of cycle menu and standardized recipe in this context. Give appropriate example. 5+5

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

5+5+5+5

- (a) Diet survey-a method for nutritional status assessment
 - (b) Physiological changes during pregnancy and its impact on nutritional requirement.
 - (c) Measures to minimize and prevent nutrient losses in food preparation
 - (d) Storage of semi-perishable foods
 - (e) Prevention and treatment of PEM
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

सत्रांत परीक्षा

जून, 2013

सी.एन.सी.सी.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्रश्न. 1 अनिवार्य है। कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

1. (a) निम्नलिखित पारिभाषिक शब्दों के मध्य अंतर स्पष्ट 10
कीजिए।
- (i) आहार तथा पोषण
 - (ii) रेशा तथा स्टार्च
 - (iii) अमीनो अम्ल तथा वसीय अम्ल
 - (iv) खाद्य संक्रमण तथा खाद्य विषाक्तता
 - (v) मंद उच्च रक्तचाप तथा गंभीर उच्च रक्तचाप
- (b) निम्नलिखित में प्रत्येक के लिए एक उदाहरण दीजिए : 10
- (i) संतृप्त वसा
 - (ii) कोरोनरी हृदय (हृदयधमनी संबंधी) रोग के खतरे के कारक
 - (iii) खाद्य उपसाधन
 - (iv) भोजन के औद्योगिक संदूषक
 - (v) पैलाग्रा के नैदानिक लक्षण
 - (vi) बीटा कैरोटिन के खाद्य स्रोत

- (vii) जैवरासायनिक विश्लेषण
- (viii) मैग्नीशियम के कार्य
- (ix) कोशिकेतर (बाह्यकोशिकीय) द्रव खनिज
- (x) ICDS कार्यकर्ता

2. (a) हमारे शरीर में भोजन के कार्यों की संक्षेप में व्याख्या कीजिए। 7
- (b) शरीर में कार्बोहाइड्रेट के कौन-से महत्वपूर्ण कार्य हैं? 6
- (c) अपने आहार में पशु तथा वनस्पति प्रोटीन के स्रोतों की सूची बनाइए। खाद्य प्रोटीन के शरीर में पाचन, अवशोषण तथा उपयोग की व्याख्या कीजिए। 2+5
3. (a) हमें आयोडीन की आवश्यकता क्यों है? आयोडीन के खाद्य स्रोत बताइए। आयोडीन की कमी के परिणाम क्या होते हैं? 3+2+2
- (b) जीरोथ्रैलमिया को परिभाषित कीजिए। जीरोथ्रैलमिया से बचाव के उपायों की सूची बनाइए। 2+4
- (c) एक मधुमेह रोगी की पोषण आवश्यकताओं में संशोधन पर टिप्पणी कीजिए। 7
4. (a) खाद्य बजट क्या है? खाद्य बजट को प्रभावित करने वाले कारकों की व्याख्या कीजिए। 2+6
- (b) उन बिन्दुओं को चिन्हित कीजिए जिन पर आप वसा और तेल के चयन हेतु विचार करेंगे। 5

- (c) हमारे भोजन में हरी पत्तेदार सब्जियों तथा अन्य सब्जियों के पोषण संबंधी योगदान पर टिप्पणी कीजिए। 7
5. (a) खाद्य क्षय के कारकों को सूचीबद्ध कीजिए। 5
- (b) संक्षेप में उन आम तकनीकों की व्याख्या कीजिए जिन्हें आप सूक्ष्मजीवों द्वारा किए गए खाद्य विघटन को रोकने अथवा देरी हेतु उपयोग करेंगे। 10
- (c) खाद्य मानक क्या होते हैं? 5
6. (a) निम्नलिखित कार्यक्रमों के उद्देश्य, लक्ष्य समूह/लाभार्थी, घटक/के वितरण की विधियाँ बताइए। 7+8
- राष्ट्रीय रक्ताल्पता (एनीमिया) नियंत्रण कार्यक्रम
 - समन्वित बाल विकास सेवा
- (b) वृद्धि अनुविक्षण क्या है? 5
7. (a) किशोरों में पोषक तत्वों के सेवन को प्रभावित करने वाले कारकों की संक्षेप में व्याख्या कीजिए। 10
- (b) एक छात्रावास वार्डन के रूप में आप कॉलेज की किशोर लड़कियों के लिए पौष्टिक भोजन उपलब्ध कराने हेतु जिम्मेदार हैं। इस संदर्भ में साप्ताहिक व्यंजन सूची तथा प्रमाणिकीकृत विधियों की महत्ता को समझाइए। उपयुक्त उदाहरण दीजिए। 5+5

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

5+5+5+5

- (a) आहार सर्वेक्षण-पोषण स्तर के आकलन की एक विधि
 - (b) गर्भावस्था के दौरान शारीरिक परिवर्तन तथा पोषण आवश्यकता पर इसका प्रभाव
 - (c) भोजन की तैयारी में होने वाली पोषक तत्वों की हानि को कम करने तथा रोकने के उपाय
 - (d) देर से नष्ट होने वाले खाद्य पदार्थों का भण्डारण
 - (e) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण की रोकथाम तथा उपाय
-