

BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME

Term-End Examination

30271

June, 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) Fill in the blanks : 5

- (i) Vitamins and minerals perform _____ and _____ functions.
- (ii) Pulses lack in _____ amino acid.
- (iii) Vitamin D is also called the _____ vitamin.
- (iv) Soyabean oil is rich in _____ fatty acid.
- (v) Fluorosis is caused due to _____ consumption of _____.

- (b) Give one example for each of the following : 5
- (i) Signs/symptoms of Vitamin A deficiency among the pre-school children
 - (ii) Iodine Deficiency Disorder
 - (iii) Risk factor for Heart Diseases
 - (iv) Method of Dietary Survey
 - (v) Inhibitor of Iron Absorption
- (c) Explain the following in 2 – 3 sentences each : 10
- (i) Xerophthalmia
 - (ii) Standardized Recipe
 - (iii) Food Accessories
 - (iv) Growth Monitoring
 - (v) Mutual Supplementation

2. (a) What do you understand by the terms “Recommended Daily Intake of Nutrients” and “Balanced Diet” ? Explain their significance in maintaining good health. 2+2+6
- (b) Describe the process of digestion, absorption and utilisation of carbohydrates and proteins in our body. 10

3. Enumerate the food sources and functions of the following nutrients in our body : 5+5+5+5

- (a) Carbohydrates
- (b) Iron
- (c) Calcium
- (d) Vitamin A

4. (a) How does the nutrient requirement during pregnancy differ from the nutrient need of an adult woman when non-pregnant, and why ? Comment giving the nutrient needs during pregnancy and the points you will keep in mind while planning a diet for a pregnant woman. 10

(b) Explain the points you would advocate to parents for developing good eating habits in pre-school children. 10

5. (a) What is a Budget ? Explain the factors that influence food expenditure of a family. 2+8

(b) What points would you keep in mind while selecting the following ? 5+5

- (i) Fruits and Vegetables
- (ii) Milk and Milk products

6. (a) Briefly describe the anthropometric method of assessment of nutritional status. 10
- (b) Comment on the use of the following in the diet of a diabetic patient, giving appropriate justifications : 5+5
- (i) Cereals
- (ii) Fruits
7. (a) Describe the objectives, beneficiaries and components of the following programmes : 5+5
- (i) Mid-day Meal Programme
- (ii) National Nutritional Anaemia Control Programme
- (b) What is a Menu ? Present a cycle (weekly) menu for a hostel. 5
- (c) Enlist the records you will maintain in a food service unit. 5
8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5
- (a) Dehydration and its management
- (b) Food adulteration and its harmful effects
- (c) Home-based food preservation methods and principles
- (d) Ariboflavinosis
- (e) Obesity and its dietary management

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

सत्रांत परीक्षा

जून, 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) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 5
- (i) विटामिन और खनिज लवण _____ और _____ कार्य करते हैं।
- (ii) दालों में _____ ऐमीनो अम्ल नहीं होता।
- (iii) विटामिन D _____ विटामिन भी कहलाता है।
- (iv) सोयाबीन के तेल में _____ वसा अम्ल प्रचुर मात्रा में होता है।
- (v) फ्लुओरोसिस _____ के _____ सेवन के कारण होता है।

(ख) निम्नलिखित प्रत्येक का एक उदाहरण दीजिए : 5

- (i) स्कूल-पूर्व बच्चों में विटामिन A की कमी के संकेत/लक्षण
- (ii) आयोडीन की कमी से होने वाली विसंगति
- (iii) हृदय रोगों में खतरे के कारक
- (iv) आहार सर्वेक्षण की विधि
- (v) लौह-तत्त्व के अवशोषण में बाधक

(ग) निम्नलिखित प्रत्येक को 2-3 वाक्यों में स्पष्ट कीजिए : 10

- (i) ज़ीरोथैलमिया
- (ii) प्रमाणीकृत व्यंजन-सूची (मेन्यू)
- (iii) खाद्य उपसाधन
- (iv) वृद्धि अनुवीक्षण
- (v) पारस्परिक अनुपूरण (खाद्य सम्मिश्रण)

2. (क) “पोषक-तत्त्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा” और “संतुलित आहार” से आप क्या समझते हैं ? अच्छा स्वास्थ्य बनाए रखने में इनके महत्त्व को स्पष्ट कीजिए । 2+2+6

(ख) हमारे शरीर में कार्बोज़ और प्रोटीन के पाचन, अवशोषण और उपयोग की प्रक्रिया का वर्णन कीजिए । 10

3. हमारे शरीर में निम्नलिखित पोषक-तत्त्वों के खाद्य स्रोतों और कार्यों की जानकारी दीजिए : 5+5+5+5

(क) कार्बोज़

(ख) लौह-तत्त्व

(ग) कैल्सियम

(घ) विटामिन A

4. (क) एक वयस्क गर्भवती महिला की पोषक-तत्त्वों की आवश्यकता एक वयस्क महिला (जो गर्भवती नहीं है) से कैसे भिन्न होती है और क्यों ? गर्भावस्था के दौरान पोषक-तत्त्वों की ज़रूरतें और गर्भवती महिला के लिए आहार की योजना बनाते समय ध्यान रखने योग्य बातें बताते हुए टिप्पणी कीजिए । 10

(ख) स्कूल-पूर्व बच्चों में खान-पान की अच्छी आदतें विकसित करने के संदर्भ में आप माता-पिता को क्या बताइएँगे, व्याख्या कीजिए । 10

5. (क) बजट क्या है ? परिवार के खाद्य व्यय को प्रभावित करने वाले कारकों को स्पष्ट कीजिए । 2+8

(ख) निम्नलिखित का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ? 5+5

(i) फल एवं सब्ज़ियाँ

(ii) दूध और दूध से बने पदार्थ

6. (क) पोषक स्तर के निर्धारण की मानवमितीय माप की विधि का संक्षेप में वर्णन कीजिए । 10
- (ख) उपयुक्त स्पष्टीकरण देते हुए मधुमेहग्रस्त रोगी के आहार में निम्नलिखित का प्रयोग करने पर टिप्पणी कीजिए : 5+5
- (i) अनाज
- (ii) फल
7. (क) निम्नलिखित कार्यक्रमों के उद्देश्यों, लाभार्थियों और घटकों का वर्णन कीजिए : 5+5
- (i) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम
- (ii) राष्ट्रीय पोषणज एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम
- (ख) मेन्यू (व्यंजन-सूची) क्या है ? होस्टल के लिए साप्ताहिक व्यंजन-सूची तैयार कीजिए । 5
- (ग) खाद्य परिवेषण (सर्विस) इकाई में आप जो रिकॉर्ड बनाएँगे उन्हें सूचीबद्ध कीजिए । 5
8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (क) निर्जलीकरण और उसका प्रबंधन
- (ख) खाद्य अपमिश्रण और इसके हानिकारक प्रभाव
- (ग) घरेलू पैमाने पर खाद्य-पदार्थ का परिरक्षण करने की विधियाँ और सिद्धांत
- (घ) राइबोफ्लेविन हीनता
- (ङ) मोटापा और उसका आहार-संबंधी प्रबंधन