

**CERTIFICATE IN NUTRITION &
CHILD CARE**

Term-End Examination

December, 2011

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

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

Note : Answer five questions in all. Question No. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.

1. (a) Give one example/one word for each of the following : 10
- (i) Impairment of health resulting from a deficiency, excess or imbalance of nutrients.
 - (ii) Essential fatty acids.
 - (iii) Precursor of vitamin A
 - (iv) Protective nutrient.
 - (v) Process of bringing frozen food to room temperature.
 - (vi) Best source of meeting vitamin D needs in children.
 - (vii) A hormone secreted by betacells of pancreas.

- (viii) Health system in our country operating at the block level.
 - (ix) Snacks which can be eaten without further cooking/processing.
 - (x) Stage in life when iron requirement is highest.
- (b) Explain the following in 2-3 sentences each : **10**
- (i) Cycle menu
 - (ii) Use of mid-upper-arm circumference (MUAC) measurement.
 - (iii) Hypothyroidism
 - (iv) Haemoglobin
 - (v) Health.
2. (a) Describe the process of digestion, absorption and utilisation of food in the body ? **12**
- (b) List essential and non - essential amino-acids for children. **8**
3. (a) Give reasons for the following : **5x2=10**
- (i) Vitamin A in the body maintains normal vision.
 - (ii) Maida (refined wheat flour) has less thiamine than atta (whole wheat flour.)
 - (iii) Folic acid and vitamin B₁₂ play a significant role in blood formation.
 - (iv) Calcium helps in development of bones and teeth in young children.
 - (v) Vitamin C helps in wound healing.

- (b) Discuss the use of food groups and recommended dietary intakes in planning balanced diets. Give one example of a balanced diet. 10
4. (a) How is energy requirement calculated ? Calculate the energy requirement of a moderate active woman aged 65 years. 8
- (b) Describe the characteristics of the children in school years and adolescence. 6
- (c) Discuss the important factors in planning meals for school children. 6
5. (a) Describe briefly major causes of food spoilage. 8
- (b) Why do we preserve foods ? Describe any two methods of food preservation commonly used at home. 8
- (c) What measures you would take to enhance nutritive value of foods ? 4
6. (a) Enumerate the clinical features of : 6
- (i) Xerophthalmia
- (ii) Iodine deficiency disorder
- (iii) Fluorosis.
- (b) Briefly describe the relationship between malnutrition and infection. 6
- (c) Define obesity. Discuss the dietary management of obesity. 8

7. (a) What is ICDS ? Describe the major components of ICDS. 10
- (b) Describe the two recommended anthropometric measurements for nutritional assessment in 0-1 year old infants. 6
- (c) List the resources essential to run a food service establishment. 4
8. Write short notes on *any four* of the following :
- (a) Social, Psychological and Economic Aspects of Nutrition. 5+5+5+5
- (b) Points to keep in mind while deciding on the quantity of vegetables to be purchased for a school canteen.
- (c) Functions of fats.
- (d) Clinical features and prevention of nutritional anaemias.
- (e) Food Budget.
- (f) Hypertension.
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

सत्रांत परीक्षा

दिसंबर, 2011

सी.एन.सी.सी.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (a) निम्नलिखित प्रत्येक का एक उदाहरण/एक शब्द बनाइए। 10
- (i) पोषक तत्वों की कमी, अधिकता या असंतुलन के कारण स्वास्थ्य की क्षति
 - (ii) अनिवार्य वसा अम्ल
 - (iii) विटामिन ए का पूर्वगामी
 - (iv) सुरक्षात्मक पोषक तत्व
 - (v) हिमशीतित (प्रोजेन) खाद्य-पदार्थों को सामान्य तापमान पर लाने की प्रक्रिया
 - (vi) बच्चों में विटामिन डी की जरूरतों की पूर्ति का सर्वोत्तम स्रोत
 - (vii) अग्न्याशय की बीटा-कोशिकाओं द्वारा स्रावित एक हार्मोन
 - (viii) हमारे देश में खंड स्तर पर चलायी जाने वाली स्वास्थ्य प्रणाली

- (ix) ऐसा अल्पाहार जिसे बिना पकाए/ संसंधित किए खाया जा सकता है।
- (x) जीवन की वह अवस्था जब लोह तत्व की आवश्यकता सबसे अधिक होती है।
- (b) निम्नलिखित प्रत्येक को 2-3 वाक्यों में स्पष्ट कीजिए? 10
- (i) साप्ताहिक व्यंजन सूची
- (ii) ऊपरी बाँह के मध्य भाग की परिधि (MUAC) माप का प्रयोग
- (iii) गलग्रंथि अल्पक्रियता
- (iv) हीमोग्लोबिन
- (v) स्वास्थ्य
2. (a) शरीर में भोजन के पाचन, अवशोषण और उपयोगिता की प्रक्रिया का वर्णन कीजिए। 12
- (b) बच्चों के लिए अनिवार्य और गैर-अनिवार्य अमीनों अम्लों की सूची बनाइए। 8
3. (a) निम्नलिखित के कारण बताइए : 5x2=10
- (i) विटामिन ए शरीर में सामान्य दृष्टि को बनाए रखता है।
- (ii) मैदा में गेहूँ के आटे की तुलना में थायामिन कम होता है।
- (iii) फोलिक अम्ल और विटामिन बी 12 रक्त निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

- (iv) कैल्सियम छोटे बच्चों में हड्डियों और दाँतों के विकास में मदद करता है।
- (v) विटामिन सी घाव भरने में मदद करता है।
- (b) संतुलित आहारों की योजना बनाने में खाद्य वर्गों और पोषण तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा के प्रयोग की जानकारी दीजिए। संतुलित आहार का एक उदाहरण दीजिए। 10
4. (a) ऊर्जा आवश्यकता की गणना कैसे की जाती है। एक 65 वर्षीय मध्यम रूप से सक्रिय महिला की ऊर्जा आवश्यकता की गणना कीजिए। 8
- (b) स्कूली वर्षों और किशोरावस्था की विशेषताओं का वर्णन कीजिए। 6
- (c) स्कूल गामी बच्चों के लिए आहारों की योजना बनाने में सम्मिलित महत्वपूर्ण कारकों की चर्चा कीजिए। 6
5. (a) खाद्य पदार्थों के खराब होने के प्रमुख कारणों का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 8
- (b) हम खाद्य पदार्थों का परिरक्षण क्यों करते हैं। घर में आमतौर पर प्रयुक्त होने वाली खाद्य - परिरक्षण की किन्हीं दो विधियों का वर्णन कीजिए। 8
- (c) खाद्य-पदार्थों का पोषक मान बढ़ाने के लिए आप क्या उपाय करेंगे। 4

6. (a) निम्नलिखित के नैदानिक लक्षण बताइए : 6
- (i) जीरोथैलमिया
- (ii) आयोडीन की कमी से होने वाली विसंगति
- (iii) फ्लुओरोसिस
- (b) कुपोषण और संक्रमण के बीच संबंध का संक्षेप में वर्णन 6
कीजिए।
- (c) 'मोटापा' को परिभाषित कीजिए। मोटापे में आहार के 8
व्यवस्था की चर्चा कीजिए।
7. (a) आई सी डी एस क्या है? आई सी डी एस के प्रमुख 10
घटकों का वर्णन कीजिए।
- (b) 0-1 वर्ष के शिशुओं के पोषणात्मक स्तर का निर्धारण 6
करने के लिए सुझाये गए दो मानवमितीय मापों का वर्णन
कीजिए।
- (c) भोजन परिवेषण संस्था चलाने के लिए दो अनिवार्य 4
संसाधनों को सूचीबद्ध कीजिए।
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए:
- (a) पोषण के सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और आर्थिक पहलू
- (b) स्कूल की कैंटीन के लिए खरीदी जाने वाली सब्जियों
की मात्रा का निर्धारण करते समय ध्यान रखने योग्य बातें
- (c) वसा के कार्य 5+5+5+5
- (d) पोषणज एनीमिया के नैदानिक लक्षण और रोकथाम
- (e) खाद्य बजट
- (f) उच्च रक्तचाप