

02141

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE**

Term-End Examination

December, 2014

**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) Fill in the blanks : 10
- (i) The small intestine is made up of numerous folds or finger like projections known as _____ .
 - (ii) _____ is the storage form of glucose in the body.
 - (iii) _____ are the building blocks of all proteins.
 - (iv) A molecule of fat is made up of fatty acids and _____ .
 - (v) _____ is the vitamin which helps in clotting of blood.
 - (vi) Vitamin B₁₂ can only be absorbed in the presence of a specific chemical substance called _____ factor.
 - (vii) _____ is the main mineral present in intracellular fluid.
 - (viii) Inability to see in dim light because of Vitamin A deficiency is called _____ .

- (ix) Excess consumption of _____ results in Fluorosis.
- (x) Low weight for height is called _____ .
- (b) Briefly explain the following terms in 2 - 3 sentences only : **10**
- (i) Nutritional status
 - (ii) Atherosclerosis
 - (iii) Beriberi
 - (iv) Pellagra
 - (v) Anganwadi
2. (a) How would you classify foods based on perishability ? Explain giving examples. **6**
- (b) How is IDD being controlled in India ? **6**
- (c) What points should you keep in mind while planning weaning foods for infants from 6 months to 12 months of age ? **8**
3. (a) What is the function of proteins in our body ? How are they digested and absorbed in the body ? **8**
- (b) What criteria would you keep in mind while recruiting manpower for your food service establishment ? **6**
- (c) Describe the common clinical features of Kwashiorkor. **6**
4. (a) Give the energy and protein requirement for the preschoolers. Provide simple tips on how to provide adequate and satisfying meals for them. **10**
- (b) What are the physiological changes which take place in a woman's body when she becomes pregnant ? Comment on their impact on the nutritional requirements. **10**

5. (a) What are the factors which affect meal planning for a family ? Discuss in detail. 10
(b) Describe the nutritional needs of a lactating woman. 10
6. (a) What is Hypertension ? Give some tips on how to cut down on total salt intake. 6
(b) Discuss the physical, mental, social and spiritual dimensions of health. 8
(c) What points would you keep in mind while planning meals for an elderly person ? 6
7. (a) Describe the dietary management of Diarrhoea. 7
(b) "Obesity is a product of energy imbalance in the body." Comment on the statement and enumerate the factors which favour the development of obesity. 7
(c) What points would you keep in mind while purchasing milk and milk products ? 6
8. Write short notes on **any four** of the following :
- (a) Physiological functions of food 5+5+5+5
(b) Recommended Dietary Intakes
(c) Prevention of PEM
(d) Lathyrism
(e) Growth Monitoring
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र
सत्रांत परीक्षा
दिसम्बर, 2014

सी.एन.सी.सी.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (a) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 10
- (i) छोटी आँत, अनेक परतों या अंकुर जैसी दिखने वाली बहुत छोटी-छोटी उँगलियों से बनती है, जिसे _____ कहते हैं।
- (ii) _____ शरीर में ग्लूकोज की भंडारित किस्म है।
- (iii) _____, सभी प्रोटीनों के इमारती खंड हैं।
- (iv) वसा का अणु, वसा अम्लों और _____ से बनता है।
- (v) _____, रक्त-स्कंदन में सहायक विटामिन है।
- (vi) विटामिन B₁₂ को _____ नामक विशिष्ट रासायनिक पदार्थ की विद्यमानता में ही अवशोषित किया जा सकता है।

- (vii) _____, अंतः कोशिकी तरल में विद्यमान मुख्य खनिजतत्त्व है।
- (viii) विटामिन ए की कमी से हल्के प्रकाश में न देख पाना, _____ कहलाता है।
- (ix) _____ के अत्यधिक उपयोग से फ्लुओरोसिस हो जाता है।
- (x) ऊँचाई के संबंध में कम वजन _____ कहलाता है।
- (b) निम्नलिखित में से प्रत्येक का 2 - 3 वाक्यों में ही वर्णन करें : 10
- (i) पोषणिक स्थिति
- (ii) ऐथिरोस्कलेरोसिस
- (iii) बेरीबेरी
- (iv) पेलाग्रा
- (v) आँगनबाड़ी
2. (a) खाद्यपदार्थों को खराब होने वाले समय के आधार पर आप कैसे वर्गीकृत करेंगे? सोदाहरण वर्णन कीजिए। 6
- (b) भारत में आई.डी.डी. को कैसे नियंत्रित किया जाता है? 6
- (c) 6 - 12 माह के आयुसमूह के शिशुओं के लिए माँ के दूध के अलावा अन्य पूरक खाद्यपदार्थों की योजना बनाते समय आपको किन बिंदुओं को ध्यान में रखना चाहिए? 8
3. (a) हमारे शरीर में प्रोटीनों का क्या कार्य है? शरीर में इन्हें कैसे पचाया और अवशोषित किया जाता है? 8
- (b) अपनी खाद्य सेवा इकाई के लिए कर्मियों की भर्ती करते समय आप किन मानदंडों को ध्यान में रखेंगे? 6
- (c) क्वाशियोरकॉर के सामान्य नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए। 6

4. (a) पूर्व-विद्यालयी बच्चों के लिए आवश्यक ऊर्जा और प्रोटीन की मात्रा के बारे में लिखिए। इन बच्चों को पर्याप्त और संतोषजनक भोजन कैसे प्रदान किया जाना है अर्थात् इस बारे में साधारण उपयोगी सुझावों को लिखिए। 10
- (b) गर्भवती होने पर महिला के शरीर में होने वाले शरीर क्रियात्मक परिवर्तनों के बारे में लिखिए। महिला की पोषणिक आवश्यकताओं पर इन परिवर्तनों के प्रभाव पर टिप्पणी कीजिए। 10
5. (a) परिवार के लिए भोजन की योजना बनाने को कौनसे कारक प्रभावित करते हैं? सविस्तार लिखिए। 10
- (b) स्तनपान कराने वाली महिला की पोषणिक आवश्यकताओं का वर्णन कीजिए। 10
6. (a) उच्च रक्तचाप क्या है? नमक खाने के कुल मात्रा को कम करने के लिए कुछ उपयोगी सुझाव दीजिए। 6
- (b) स्वास्थ्य के शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक आयामों की चर्चा कीजिए। 8
- (c) किसी बड़े-बुजुर्ग के भोजन की योजना बनाते समय आप किन बिंदुओं को ध्यान में रखेंगे? 6
7. (a) अतिसार के आहारिय प्रबंधन का वर्णन कीजिए। 7
- (b) "मोटापा, शरीर में ऊर्जा असंतुलन का परिणाम है"। इस कथन पर टिप्पणी कीजिए और मोटापा बढ़ाने में सहायक कारकों की सूची बनाइए। 7
- (c) दूध और दुग्ध उत्पाद खरीदते समय आप किन बिंदुओं को ध्यान में रखेंगे? 6

8. संक्षेप में किन्हीं चार पर नोट लिखिए :

5+5+5+5

- (a) भोजन के शरीर क्रियात्मक कार्य
 - (b) पोषकतत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
 - (c) पी.ई.एम. की रोकथाम
 - (d) लैथीरीरुग्णता
 - (e) वृद्धि पर निगरानी बनाए रखना
-