

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE**

Term-End Examination

December, 2016

**CNCC-001 : 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) State True or False. Correct the false statement. 5
- (i) Bile is essential for the digestion of proteins.
 - (ii) Cereals contain relatively poor quality of proteins.
 - (iii) Thyrosine is the main pigment present in the blood.
 - (iv) The energy - giving function is the major function of proteins.
 - (v) Each gram of fat provides approximately 4 kcals.
- (b) (i) Name any two rich sources of calcium. 1
- (ii) Name the two essential fatty acids. 1
 - (iii) List any two dimensions of health 1
 - (iv) Name any two trace elements 1
 - (v) Name any two food accessories. 1

- (c) Define the following : 10
- (i) Colostrum
 - (ii) Metabolism
 - (iii) Food intoxication
 - (iv) Synergism
 - (v) Extracellular fluid
2. (a) Briefly describe the role of fibre in our body. 7
- (b) Your meal consisted of chicken and eggs. 2+6
What is the main nutrients provided by these foods ? Explain how these foods are digested, absorbed and utilized in our body.
- (c) Briefly explain the functions of food in our 5
body.
3. Explain the following briefly giving appropriate examples/justifications. 5+5+5+5
- (a) Balanced diets are individual specific.
 - (b) Only a small proportion of the calcium in our diet is absorbed.
 - (c) Iron influences the capacity to work.
 - (d) RDI for thiamin, riboflavin and niacin are dependent on RDIs for energy.
4. What major dietary considerations you would keep in mind while planning meals for : 7+7+6
- (a) Elderly
 - (b) Pregnant women in third trimester
 - (c) Infant 8 months old

5. (a) Discuss briefly the main causes of food Spoilage 8
 (b) What measures would you adopt to enhance nutritive value of your diet ? 6
 (c) What points would you keep in mind while purchasing milk and milk products. 6
6. (a) List the clinical features of Xerophthalmia. 6
 (b) Enumerate the preventive measures you would adopt to combat anaemia among women in our country. 6
 (c) Discuss the dietary management of cardiovascular disease among adults. 8
7. (a) As an anganwadi worker you are required to assess the nutritional status of children. What method would you use to identify children suffering from malnutrition ? 8
 (b) List the beneficiaries components and distribution strategy followed under mid day meal programme. 6
 (c) What is diarrhoea ? How will you prevent and treat the patients suffering from diarrhoea ? 6
8. Write short notes on **any four** of the following :
 (a) Fluorosis 5+5+5+5
 (b) Prevention of PEM
 (c) Methods of food purchase in a food service unit
 (d) Handy tips for feeding preschoolers
 (e) Factors which favour the development of obesity.
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2016

सी.एन.सी.सी.-001 : 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. (a) बताइए निम्नलिखित कथन सत्य हैं या असत्य। असत्य कथन को सही कीजिए। 5
- (i) पित्त रस प्रोटीन के पाचन के लिए अनिवार्य है।
 - (ii) अनाजों में पाए जाने वाला प्रोटीन अपेक्षाकृत निम्न कोटि का होता है।
 - (iii) थायरोक्सिन रक्त में विद्यमान मुख्य वर्णक है।
 - (iv) प्रोटीन का मुख्य कार्य ऊर्जा प्रदान करना है।
 - (v) प्रति ग्रा. वसा लगभग 4 कि. कै. प्रदान करती है।
- (b) (i) कैल्सियम के किन्हीं दो अच्छे स्रोतों के नाम बताइए। 1
- (ii) दो अनिवार्य वसा अम्लों के नाम बताइए। 1
 - (iii) स्वास्थ्य के कोई दो आयाम बताइए। 1
 - (iv) किन्हीं दो सूक्ष्म मात्रिक तत्वों के नाम बताइए। 1
 - (v) किन्हीं दो खाद्य उपसाधनों के नाम बताइए। 1

(c) निम्नलिखित को परिभाषित कीजिए : 10

- (i) नवदुग्ध
- (ii) चयापचय
- (iii) खाद्य - विषाक्तता
- (iv) योगवाहिता
- (v) कोशिका बाह्य द्रव्य

2. (a) हमारे शरीर में रेशे की भूमिका का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 7

(b) आपके आहार में चिकन और अंडे हैं। इन 2+6
खाद्य-पदार्थों से मुख्य रूप से कौन से पोषक तत्व प्राप्त
होते हैं? इन खाद्य पदार्थों का हमारे शरीर में कैसे पाचन,
अवशोषण और उपयोग होता है?

(c) हमारे शरीर में भोजन के कार्यों का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 5

3. उपयुक्त उदाहरणों/स्पष्टीकरणों के साथ निम्नलिखित का संक्षेप
में वर्णन कीजिए। 5+5+5+5

- (a) संतुलित आहार व्यक्ति - विशिष्ट होते हैं।
- (b) हमारे आहार में कैल्सियम का केवल कुछ भाग ही
अवशोषित होता है।
- (c) लौह तत्व कार्य करने की क्षमता को प्रभावित करता है।
- (d) थायमीन, राइबोफ्लेविन और नियासीन की प्रस्तावित
दैनिक मात्रा ऊर्जा की प्रस्तावित दैनिक मात्रा पर निर्भर
करती है।

4. निम्नलिखित के लिए आहारों की योजना बनाते समय आप आहार-संबंधी किन मुख्य बातों को ध्यान में रखेंगे? 7+7+6
- (a) वृद्ध व्यक्ति
 (b) तीसरे त्रिमास में गर्भवती महिला
 (c) आठ माह का शिशु
5. (a) खाद्य पदार्थों के खराब होने के मुख्य कारणों की संक्षेप में चर्चा कीजिए। 8
 (b) अपने आहार के पौष्टिक मान को बढ़ाने के लिए आप क्या उपाय करेंगे? 6
 (c) दूध और दूध से बने उत्पादों को खरीदते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे? 6
6. (a) जीरोफ्थैलमिया के नैदानिक लक्षणों की सूची बनाइए। 6
 (b) हमारे देश की महिलाओं में एनीमिया की रोकथाम के लिए आप जो उपाय करेंगे उनका वर्णन कीजिए। 6
 (c) वयस्कों में हृद् - धमनी संबंधी रोग के लिए आहार - व्यवस्था की चर्चा कीजिए। 8
7. (a) एक आँगनवाड़ी कार्यकर्ता के रूप में आपको बच्चों के पोषणात्मक स्तर का निर्धारण करना है। कुपोषण से ग्रस्त बच्चों की पहचान करने के लिए आप किस विधि का प्रयोग करेंगे? 8
 (b) मध्याह्न पोषण कार्यक्रम के लाभार्थियों, घटकों और अनुसरण की जाने वाली वितरण कार्यनीति की सूची बनाइए। 6
 (c) अतिसार क्या है? अतिसार की रोकथाम और इसके रोगियों का उपचार आप कैसे करेंगे? 6

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

- (a) फ्लुओरोसिस 5+5+5+5
(b) पी.ई.एम की रोकथाम
(c) खाद्य परिवेषण इकाई में खाद्य पदार्थ खरीदने की विधियाँ/तरीके
(d) शालापूर्व बच्चों को आहार देने संबंधी सरल बातें
(e) मोटापे के लिए उत्तरदायी कारक
-