

BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME

Term-End Examination

December, 2017

07703

(APPLICATION ORIENTED PROGRAMME)

ANC-01 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY

Time : 3 hours

Maximum Marks : 100

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

1. (a) Give one example for each of the following : 10
- (i) Dimension of health
 - (ii) Trace elements found in foods
 - (iii) Amino acid lacking in cereals
 - (iv) An indispensable nutrient
 - (v) Non-available carbohydrate
 - (vi) Essential fatty acid
 - (vii) Co-enzyme required in metabolism
 - (viii) Water soluble vitamin
 - (ix) Inhibitor which prevents absorption of iron
 - (x) Method of diet survey

- (b) List the major nutrient categories required by our body. Give their function. 5
- (c) Fill in the blanks : 5
- (i) A low weight for height is indicative of _____.
- (ii) Bitot spot is a clinical manifestation of _____ deficiency.
- (iii) _____ is the most severe manifestation of iodine deficiency.
- (iv) The characteristic thickening of the arterial wall due to deposition of fatty layer and obstruction in blood flow is known as _____.
- (v) Exposure to _____ is the best way of meeting the body's vitamin D requirement.
2. (a) Differentiate between essential and non-essential amino acids. 5
- (b) Elaborate on the functions and food sources of fibre in our diet. 5
- (c) Explain the digestion, absorption and utilisation of proteins in our body. 5
- (d) List the functions of sodium, potassium and chloride in our body. 5

3. (a) Briefly discuss the use of the three food group classification in planning balanced diets. 10
- (b) Describe the important physiological changes which take place during ageing. What dietary measures would you adopt to meet the needs of the elderly? 5+5
4. (a) Elaborate on the common causes of food spoilage. 5
- (b) What measures would you adopt to prevent food adulteration? 5
- (c) List the criteria you would adopt for selection of milk and milk products. 5
- (d) Give the principle of common methods of food preservation. 5
5. List the clinical features and measures you would adopt to prevent the following disorders: 5+5+5+5
- (a) Ariboflavinosis
- (b) Diabetes mellitus
- (c) Hypertension
- (d) PEM

6. (a) As a nutrition health educator/community worker you are required to assess the growth of children. Briefly explain the method you will use to measure the growth of children. 10
- (b) Give the beneficiaries and the components of the following nutrition programmes : 5+5
- (i) Mid-day Meal Programme
- (ii) National Anaemia Control Programme
7. (a) List the common resources required for running a food service establishment. 2
- (b) Enumerate the records you will maintain while running a canteen. 8
- (c) What is a Standardized Recipe ? Give its uses. 5
- (d) What methods would you adopt for purchasing food in a hospital dietetic department ? 5
8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5
- (a) Meal planning for a pregnant woman in the third trimester of pregnancy
- (b) Complementary foods for infants
- (c) Heavy price of maternal malnutrition
- (d) Principles of treatment of obesity
- (e) Specific considerations to be kept in mind while feeding school children

स्नातक उपाधि कार्यक्रम

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2017

(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) निम्नलिखित प्रत्येक का एक उदाहरण दीजिए : 10
- (i) स्वास्थ्य का आयाम
 - (ii) खाद्य-पदार्थों में पाए जाने वाले सूक्ष्ममात्रिक तत्व
 - (iii) वह ऐमीनो अम्ल जिसका अनाजों में अभाव होता है
 - (iv) एक अनिवार्य पोषक-तत्व
 - (v) अनुपलब्ध कार्बोज़
 - (vi) अनिवार्य वसा अम्ल
 - (vii) उपापचय के लिए अपेक्षित सह-एन्ज़ाइम
 - (viii) जल-विलेय विटामिन
 - (ix) लौह-तत्व का अवशोषण रोकने वाला अवरोधक पदार्थ
 - (x) आहार-सर्वेक्षण की विधि

- (ख) हमारे शरीर के लिए अपेक्षित प्रमुख पोषक-तत्वों की श्रेणियों को सूचीबद्ध कीजिए। उनका कार्य बताइए। 5
- (ग) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 5
- (i) लम्बाई के अनुरूप कम वजन _____ का सूचक है।
- (ii) बिटोट बिन्दु _____ की कमी का नैदानिक लक्षण है।
- (iii) _____ आयोडीन की कमी का सबसे गंभीर लक्षण है।
- (iv) धमनी की दीवार में वसा की सतह जमा होने से इसमें होने वाली संकीर्णता और रक्त के प्रवाह में अवरोधन _____ कहलाता है।
- (v) _____ ग्रहण करना शरीर की विटामिन डी की ज़रूरत को पूरा करने का सर्वोत्तम तरीका है।
2. (क) अनिवार्य और गैर-अनिवार्य ऐमीनो अम्लों के बीच अंतर बताइए। 5
- (ख) हमारे आहार में रेशे के कार्यों और खाद्य स्रोतों की विस्तार से व्याख्या कीजिए। 5
- (ग) हमारे शरीर में प्रोटीन के पाचन, अवशोषण और उपयोग की व्याख्या कीजिए। 5
- (घ) हमारे शरीर में सोडियम, पोटैशियम और क्लोराइड के कार्यों को सूचीबद्ध कीजिए। 5

3. (क) संतुलित आहारों की योजना बनाने में तीन खाद्य वर्गों के वर्गीकरण के प्रयोग की संक्षेप में चर्चा कीजिए । 10

(ख) वृद्धावस्था के दौरान होने वाले महत्वपूर्ण शारीरिक परिवर्तनों का वर्णन कीजिए । वृद्धों की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए आप क्या आहार संबंधी उपाय करेंगे ? 5+5

4. (क) खाद्य-पदार्थ के खराब होने के सामान्य कारणों की विस्तारपूर्वक व्याख्या कीजिए । 5

(ख) खाद्य-पदार्थ में मिलावट की रोकथाम के लिए आप क्या उपाय करेंगे ? 5

(ग) दूध और दूध से बने उत्पादों के चयन के लिए आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे, उन्हें सूचीबद्ध कीजिए । 5

(घ) खाद्य परिरक्षण की सामान्य विधियों के सिद्धान्त की जानकारी दीजिए । 5

5. निम्नलिखित विसंगतियों के नैदानिक लक्षणों और उनकी रोकथाम के लिए आप जो उपाय करेंगे, उन्हें सूचीबद्ध कीजिए । 5+5+5+5

(क) राइबोफ्लेविनहीनता

(ख) मधुमेह

(ग) उच्च रक्तचाप

(घ) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण

6. (क) आप पोषण स्वास्थ्य शिक्षक/समुदाय कार्यकर्ता हैं और आपको बच्चों की वृद्धि का निर्धारण करना है। बच्चों की वृद्धि को मापने के लिए आप जिस विधि का प्रयोग करेंगे, उसकी संक्षेप में व्याख्या कीजिए। 10
- (ख) निम्नलिखित पोषण कार्यक्रमों के लाभार्थी और घटक बताइए : 5+5
- (i) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम
- (ii) राष्ट्रीय एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम
7. (क) खाद्य परिवेषण संस्था चलाने के लिए अपेक्षित सामान्य संसाधनों को सूचीबद्ध कीजिए। 2
- (ख) एक कैटीन चलाते समय आप कौन-कौन-से रिकॉर्ड बनाएँगे/रखेंगे ? 8
- (ग) मानकीकृत व्यंजन सूची क्या है ? इसके प्रयोग बताइए। 5
- (घ) अस्पताल के आहार विभाग के लिए खाद्य-पदार्थ खरीदते समय आप कौन-से तरीके अपनाएँगे ? 5
8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (क) गर्भावस्था के तीसरे त्रिमास से गर्भवती महिला के लिए आहार-नियोजन
- (ख) शिशुओं के लिए पूरक आहार
- (ग) मातृक कुपोषण की भारी कीमत चुकाना
- (घ) मोटापे के उपचार के सिद्धांत
- (ङ) स्कूल के बच्चों को आहार देते समय ध्यान रखने योग्य विशिष्ट बातें