

BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME

Term-End Examination

December, 2022

(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) Dimensions of health
 - (ii) Rich food sources of available carbohydrate
 - (iii) Essential amino acid
 - (iv) Essential fatty acid
 - (v) Mineral required in small amount by our body
 - (vi) Mineral found in intracellular fluid
 - (vii) Inhibitor of iron absorption
 - (viii) Carotene rich foods
 - (ix) Vitamin of B-complex
 - (x) Body-building foods

- (b) Briefly explain the relationship between the following sets of terms : 10
- (i) Vitamin A – Bitot Spot
 - (ii) Niacin – Tryptophan
 - (iii) Calcium – Vitamin D
 - (iv) Malnutrition – Infection
 - (v) Anganwadi Worker – ICDS
- 2.** (a) Enlist the physiological functions of food. Explain briefly each of these functions, giving examples. 10
- (b) Is fibre a nutrient ? What role does it play in our body ? 10
- 3.** (a) Briefly discuss the digestion, absorption and utilization of proteins in our body. 10
- (b) “Fats as macronutrients play a crucial role in our body.” Comment on the statement giving appropriate justifications. 10
- 4.** (a) Briefly explain the influence of processing on the nutritive value of foods. Give appropriate examples. 10
- (b) Why do we preserve foods ? Enumerate the home-based preservation methods commonly used traditionally. 10

5. (a) Why is adolescence a critical period of life cycle ? Discuss in light of the physiological changes and nutrient requirements. 10
- (b) Briefly explain how the income of the family influences food selection. 5
- (c) Which nutrients and foods would you emphasize in the diet of preschoolers ? Explain briefly. 5
6. (a) What are food accessories ? List four points you would keep in mind while selecting food accessories. 7
- (b) What precautions would you keep in mind while storing perishable foods ? 5
- (c) Enumerate the risk factors of the following : 4+4
- (i) Pregnancy
- (ii) Obesity
7. (a) What are the causes of anaemia ? Enumerate the preventive measures you would adopt to combat anaemia. 10
- (b) As a food service manager, what records will you maintain to ensure good food service ? 8
- (c) List the resources required to run a food service unit. 2

8. Write short notes on any **four** of the following : 5+5+5+5

- (a) Anthropometric measurements
 - (b) Mid-day meal programme – its relevance
 - (c) Dietary Management of Diabetes
 - (d) Lathyrism
 - (e) National Iodine Deficiency Disorder Control Programme – Objectives and Components
-

स्नातक उपाधि कार्यक्रम
सत्रांत परीक्षा
दिसम्बर, 2022

(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 के आयाम
 - (ii) उपलब्ध कार्बोज़ की प्रचुरता वाले खाद्य स्रोत
 - (iii) अनिवार्य ऐमीनो अम्ल
 - (iv) अनिवार्य वसा अम्ल
 - (v) खनिज लवण, जिसकी हमारे शरीर को कम मात्रा में आवश्यकता होती है
 - (vi) अंतःकोशिकी द्रव्य (तरल) में पाया जाने वाला खनिज लवण
 - (vii) लौह तत्त्व के अवशोषण में बाधक पदार्थ
 - (viii) कैरोटीन की प्रचुरता वाले खाद्य-पदार्थ
 - (ix) विटामिन बी-कॉम्प्लेक्स
 - (x) शरीर का निर्माण करने वाले खाद्य-पदार्थ

- (ख) निम्नलिखित शब्द-समूहों के बीच संबंध को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए : 10
- (i) विटामिन ए – बिटोट बिंदु
(ii) नियासीन – ट्रिप्टोफान
(iii) कैल्सियम – विटामिन डी
(iv) कुपोषण – संक्रमण
(v) आंगनवाड़ी कार्यकर्ता – आई सी डी एस
2. (क) भोजन के शरीरक्रियात्मक कार्यों को सूचीबद्ध कीजिए । उदाहरण देते हुए इन प्रत्येक कार्यों को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । 10
- (ख) क्या रेशा पोषक तत्व है ? हमारे शरीर में इसकी क्या भूमिका है ? 10
3. (क) हमारे शरीर में प्रोटीनों के पाचन, अवशोषण और उपयोग की संक्षेप में चर्चा कीजिए । 10
- (ख) “एक स्थूलपोषक तत्व के रूप में वसा हमारे शरीर में निर्णायक भूमिका निभाती है ।” उपयुक्त पुष्टियाँ देते हुए इस कथन पर टिप्पणी कीजिए । 10
4. (क) खाद्य-पदार्थों के पोषक मान पर प्रोसेसिंग के प्रभाव को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । उचित उदाहरण भी दीजिए । 10
- (ख) हम खाद्य-पदार्थों का परिरक्षण क्यों करते हैं ? घर में भोजन के परिरक्षण के लिए प्रयोग में लाई जाने वाली सामान्यतः परंपरागत भोजन परिरक्षण विधियों का वर्णन कीजिए । 10

5. (क) किशोरावस्था जीवन चक्र की एक निर्णायक अवधि क्यों है ? शरीरक्रियात्मक परिवर्तनों और पोषक तत्वों की ज़रूरतों के संदर्भ में चर्चा कीजिए । 10
- (ख) परिवार की आय खाद्य-पदार्थ के चयन को कैसे प्रभावित करती है, संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । 5
- (ग) स्कूल-पूर्व बच्चों के आहार में आप किन पोषक-तत्वों और खाद्य-पदार्थों पर बल देंगे ? संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । 5
6. (क) खाद्य उपसाधन क्या हैं ? खाद्य उपसाधनों का चयन करते समय आप जिन चार बातों को ध्यान में रखेंगे, उन्हें सूचीबद्ध कीजिए । 7
- (ख) खराब होने वाले खाद्य-पदार्थों का संग्रहण (भंडारण) करते समय आप क्या सावधानियाँ बरतेंगे ? 5
- (ग) निम्नलिखित के खतरे के कारक बताइए : 4+4
 (i) गर्भावस्था
 (ii) मोटापा
7. (क) एनीमिया के क्या कारण हैं ? एनीमिया को नियंत्रित करने के लिए आप जो निरोधक उपाय करेंगे, उनका वर्णन कीजिए । 10
- (ख) खाद्य परिवेषण प्रबंधक के रूप में अच्छी खाद्य सेवा सुनिश्चित करने के लिए आप कौन-से रिकॉर्ड रखेंगे ? 8
- (ग) खाद्य परिवेषण इकाई चलाने के लिए अपेक्षित संसाधनों को सूचीबद्ध कीजिए । 2

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

5+5+5+5

- (क) मानवमितीय माप
- (ख) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम – इसकी प्रासंगिकता
- (ग) मधुमेह की आहार-व्यवस्था
- (घ) कलायखंज
- (ङ) राष्ट्रीय आयोडीनहीनता रोग नियंत्रण कार्यक्रम – उद्देश्य और घटक
