

02498

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE**

Term-End Examination

June, 2016

**CNCC-1 : 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) Define each of the following in 10
2 - 3 sentences each :
- (i) Nutritional status
 - (ii) Malnutrition
 - (iii) Coenzyme
 - (iv) Food label
 - (v) Atherosclerosis
- (b) Fill in the blanks : 5
- (i) Proteins are made up of _____.
 - (ii) _____ is also known as the fresh food vitamin.
 - (iii) Rods in the eyes contain the pigment _____ which helps us to see in dim light.
 - (iv) Low weight for height in a child is called _____.
 - (v) Certain moulds produce toxins called _____ in the food which are harmful.

- (c) Match the items in **Column A** with the items in **Column B**. 5

	Column A		Column B
(i)	Beri-Beri	(A)	Riboflavin
(ii)	Kwashiorkor	(B)	Iron
(iii)	Goitrogens	(C)	Sedentary life style
(iv)	Myoglobin	(D)	Oedema
(v)	Diabetes	(E)	Angina
		(F)	Iodine
		(G)	Night blindness
		(H)	Thiamin

2. (a) Describe the clinical features of Vitamin A deficiency. What measures would you adopt to prevent Vitamin A deficiency? 5+5
- (b) Discuss briefly how protein energy malnutrition can be prevented. 7
- (c) List the deficiency symptoms of riboflavin deficiency in children. 3
3. (a) Why is it important to include carbohydrates in our diet? 8
- (b) What role does water play in our body? 5
- (c) List the functions, food sources and factors that influence calcium absorption in our body. 3+2+2
4. (a) Name four food sources rich in good quality protein. What measures would you adopt to improve the quality of protein in a diet? 2+5

- (b) What dietary and nutrient advice would you give to a lactating women to ensure good health and well-being of her child and self? 8
- (c) List five home based processes you will adopt to enhance nutritive value of foods. 5
5. (a) What are food adulterants ? Why is it important to protect our food from these adulterants ? What measures would you adopt to ensure that your food is free from these adulterants ? 3+3+6
- (b) What measures can you adopt at the home level to enhance nutritive value of the foods you normally consume ? 8
6. (a) Discuss the significance and the components of the mid-day-meal programme. 5+3
- (b) Enumerate the common nutritional deficiency disorders affecting children in our country. 6
- (c) Discuss the dietary management of diarrhoea in children. 6
7. Justify the following statements giving examples :
- (a) Infection can influence nutritional status
- (b) Food purchase methods vary in different food service units
- (c) Common salt is a vehicle for supplying iodine in food fortification programmes
- (d) Record maintenance is essential feature of a food service establishment 5+5+5+5

8. Write short notes on **any four** of the following :
- (a) Dietary management of obesity **5+5+5+5**
 - (b) Prevention of Anaemia
 - (c) Points you will keep in mind while selecting meat, fish, eggs.
 - (d) National Prophylaxis Programme for Prevention of Nutritional Blindness
 - (e) Physiological changes in pregnancy that influence nutrient requirements
-

पोषण एवं बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र

सत्रांत परीक्षा

जून, 2016

सी.एन.सी.सी.-1 : 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) निम्नलिखित प्रत्येक को 2 - 3 वाक्यों में परिभाषित 10
कीजिए :
- (i) पोषणात्मक स्तर
 - (ii) कुपोषण
 - (iii) सह-एंजाइम
 - (iv) खाद्य लेबल
 - (v) एथिरोकाठिन्य
- (b) रिक्त स्थान भरिए : 5
- (i) प्रोटीन _____ के बने होते हैं।
 - (ii) _____ फ्रेश फूड विटामिन भी कहलाता है।
 - (iii) आँखों की छड़ कोशिकाओं में एक _____ वर्णक होता है जो मंद प्रकाश में देखने में मदद करता है।

(iv) बच्चे का लंबाई के अनुरूप कम भार का होना _____ कहलाता है।

(v) कुछ फफूँदी भोजन में _____ नामक विषैले पदार्थ उत्पन्न करते हैं जो हानिकारक होते हैं।

(c) कॉलम क को कॉलम ख से मिलाइए :

5

	कॉलम क		कॉलम ख
(i)	बेरी-बेरी	(A)	राइबोफ्लेविन
(ii)	क्वाशियोरकार	(B)	लौह तत्व
(iii)	गलगंडजन्य	(C)	अल्पश्रम वाली जीवन-शैली
(iv)	माइयोग्लोबिन	(D)	शीफ
(v)	मधुमेह	(E)	हृद्शूल
		(F)	आयोडीन
		(G)	रतौंधी
		(H)	थायामिन

2. (a) विटामिन ए की कमी के नैदानिक लक्षणों का वर्णन 5+5
कीजिए। विटामिन ए की कमी की रोकथाम के लिए
आप क्या उपाय करेंगे?
- (b) संक्षेप में बताइए कि प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण की रोकथाम 7
कैसे की जा सकती है?
- (c) बच्चों में राइबोफ्लेविन की कमी के लक्षणों को सूचीबद्ध 3
कीजिए।

3. (a) अपने आहार में कार्बोज को शामिल करना क्यों महत्वपूर्ण है? 8
- (b) हमारे शरीर में जल की क्या भूमिका है? 5
- (c) हमारे शरीर में कैल्सियम के कार्यों, खाद्य-स्रोतों और उसके अवशोषण को प्रभावित करने वाले कारकों को सूचीबद्ध कीजिए। 3+2+2
4. (a) अच्छे गुणवत्तापूर्ण प्रोटीन की प्रचुरता वाले चार खाद्य-स्रोतों के नाम बताइए। आहार में प्रोटीन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने के लिए आप क्या उपाय करेंगे? 2+5
- (b) स्तनपान करने वाली महिला को उसके बच्चे और उसके अपने अच्छे स्वास्थ्य व कल्याण को सुनिश्चित करने के लिए उसे आहार और पोषक तत्वों संबंधी आप क्या सलाह देंगे? 8
- (c) खाद्य पदार्थों के पोषक मान को बढ़ाने के लिए आप घरेलू स्तर पर जो पाँच तरीके अपनाएंगे उन्हें सूचीबद्ध कीजिए। 5
5. (a) खाद्य अपमिश्रक क्या हैं? अपने भोजन को इन अपमिश्रकों से बचाना क्यों महत्वपूर्ण है? आपका भोजन इन अपमिश्रकों से मुक्त हो, यह सुनिश्चित करने के लिए आप क्या उपाय करेंगे? 3+3+6
- (b) आप सामान्यतः जो खाद्य-पदार्थ खाते हैं उनके पोषक मान को बढ़ाने के लिए आप घरेलू स्तर पर कौन से तरीके अपनाएंगे? 8

6. (a) मध्याह्न भोजन कार्यक्रम के महत्व और घटकों की चर्चा कीजिए। 5+3
- (b) हमारे देश में बच्चों को प्रभावित करनेवाली आम पोषणज हीनता जन्म विसंगतियों की जानकारी दीजिए। 6
- (c) बच्चों में अतिसार की आहार - व्यवस्था की चर्चा कीजिए। 6
7. उदाहरण देते हुए निम्नलिखित कथनों की पुष्टि कीजिए। 5+5+5+5
- (a) संक्रमण पोषणात्मक स्तर को प्रभावित कर सकता है।
- (b) अलग-अलग खाद्य परिवेषण एवकों में खाद्य क्रय विधियाँ भिन्न-भिन्न होती हैं।
- (c) खाद्य फोरटिफिकेशन कार्यक्रम में साधारण नमक आयोडीन की आपूर्ति का साधन है।
- (d) रिकार्ड बनाना/रखना खाद्य परिवेषण संस्था की अनिवार्य विशेषता है।
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :
- (a) मोटापे की आहार - व्यवस्था 5+5+5+5
- (b) एनीमिया की रोकथाम
- (c) माँस, मछली, अंडे खरीदते समय ध्यान रखने योग्य बातें
- (d) पोषणज अंधता की रोकथाम के लिए राष्ट्रीय रोगनिरोधक कार्यक्रम
- (e) गर्भावस्था के दौरान होने वाले शारीरिक परिवर्तन जो पोषक तत्वों की आवश्यकता को प्रभावित करते हैं।