

No. of Printed Pages : 10

**ANC-01**

**BACHELOR'S DEGREE PROGRAMME  
(BDP)**

**Term-End Examination**

**June, 2024**

**(Application Oriented Programme)**

**ANC-01 : 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) Define or explain the following terms in 2-3 lines each : 2×5=10
- (i) Essential fatty acids
  - (ii) Beri-beri
  - (iii) Nutrient requirement
  - (iv) Perishable food
  - (v) Marasmus

**P. T. O.**

- (b) Answer in one word : 10
- (i) Basic building blocks of proteins.
  - (ii) Carotenoid which majorly gets converted into retinol in the body.
  - (iii) Vitamin needed for normal clotting of blood.
  - (iv) Foamy, angular patches on the conjunctiva due to Vitamin A deficiency.
  - (v) Cretinism is seen due to deficiency of which nutrient.
  - (vi) Knock knees and bow legs are seen in the deficiency of which nutrient.
  - (vii) Disease of the nervous system caused by consumption of Kesari Dal.
  - (viii) Individual with  $BMI < 18.5/m^2$ .
  - (ix) Index given to a carbohydrate rich food which reflects the increase in blood glucose level after consumption of that food.
  - (x) National supplementary feeding programme for preschool children.

2. (a) What are the major considerations in planning meals for a family ? 8
- (b) What is the effect of malnutrition on the ability of the body to fight infections ? 7
- (c) Describe the physiological functions of food. 5
3. (a) How can you minimise or prevent the losses of nutrients during food preparation ? Explain. 7
- (b) Discuss the dietary management of coronary heart disease. 7
- (c) Why is iron important for our body ? 6
4. (a) Enumerate the points to remember while selecting milk and milk products. 8
- (b) What are the different factors which affect food spoilage ? 7
- (c) What do you understand by social and spiritual health ? Explain. 5

5. (a) Discuss the dietary management of measles. 5
- (b) What points should be kept in mind while storing foods in a food service establishment ? 5
- (c) Explain why MUAC is an important anthropometric measurement ? 5
- (d) Why is breast milk the best food for an infant ? 5
6. (a) Describe in detail how the body digests, absorbs and utilizes food. 10
- (b) Why is it important to do expenditure analysis when running a food business ? 5
- (c) What should a lactating woman avoid or restrict in her diet ? 5
7. (a) Explain the role of calcium, phosphorus and Vitamin D in bone health. 7
- (b) Give some tips to a homemaker so that she is able to intelligently buy the best food within her economic status. 7
- (c) Why are proteins important for our body ?

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

5+5+5+5

- (a) Suggestions for nutritious packed lunches for working adults giving examples
- (b) Special considerations while planning meals for an adolescent
- (c) Home scale food preservation
- (d) Chemical contaminants in food
- (e) Community based management of PEM

**ANC-01**

स्नातक उपाधि कार्यक्रम ( बी. डी. पी. )

सत्रांत परीक्षा

जून, 2024

( व्यवहारमूलक कार्यक्रम )

ए.एन.सी.-01 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

---

**नोट :** कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न संख्या 1

अनिवार्य है ? सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

---

---

1. (क) निम्नलिखित में से प्रत्येक का 2-3 वाक्यों में वर्णन कीजिए या परिभाषित कीजिए :  $2 \times 5 = 10$
- (i) आवश्यक वसोय अम्ल
  - (ii) बेरी-बेरी
  - (iii) पोषक तत्वों की आवश्यकता
  - (iv) शीघ्र नष्ट होने वाले खाद्य पदार्थ
  - (v) मरासमस

(ख) एक शब्द में उत्तर दीजिए :

10

- (i) प्रोटीन के बुनियादी इमारती खण्ड।
- (ii) कैरोटीनॉयड जो मुख्य रूप से शरीर में रेटीनॉल में परिवर्तित हो जाता है।
- (iii) रक्त-स्कंदन में सहायक विटामिन।
- (iv) विटामिन 'ए' की कमी के कारण कन्जेक्टिवा पर ज्वागदार, त्रिभुज आकार के धब्बे।
- (v) क्रेटीनता किस पोषण तत्व की कमी के कारण देखो जातो है।
- (vi) संघट्ट जानु और धानुजेंछा किस पोषक तत्व की कमी में देखे जाते हैं।
- (vii) केसरी दाल खाने से होने वाला तंत्रिका तंत्र का रोग।
- (viii) 18.5 किलोग्राम/मीटर<sup>2</sup> से कम बी. एम. आई. वाले व्यक्ति।
- (ix) काबांजयुक्त भोजन को दिया जाने वाला सूचकांक जो उस भोजन के उपभोग के बाद रक्त शर्करा के स्तर में वृद्धि को दर्शाता है।
- (x) शालापूव बच्चों के लिए राष्ट्रीय पूरक आहार कार्यक्रम।

2. (क) एक परिवार के लिए आहारों की योजना बनाते समय किन मुख्य बातों को ध्यान में रखना चाहिए ? 8
- (ख) संक्रमण से लड़ने के लिए शरीर की क्षमता पर कुपोषण का क्या प्रभाव पड़ता है ? 7
- (ग) भोजन के शारीरिक कार्यों का वर्णन कीजिए। 5
3. (क) भोजन पकाते समय पोषक तत्वों की हानि व उनकी मात्रा कम न होने हेतु कौन-से उपाय आप अपनाएंगे ? बताइए। 7
- (ख) हृदयधमनी रोग की आहार व्यवस्था की चर्चा कीजिए। 7
- (ग) लौह तत्व हमारे शरीर के लिए क्यों महत्वपूर्ण है ? 6
4. (क) दूध और दूध से बने पदार्थों का चयन करते समय याद रखने योग्य बिन्दुओं की गणना कीजिए। 8
- (ख) खाद्य पदार्थों के खराब होने को प्रभावित करने वाले विभिन्न कारक क्या हैं ? 7
- (ग) सामाजिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य से क्या तात्पर्य है ? समझाइए। 5



5. (क) खसरे की आहार व्यवस्था की चर्चा कीजिए। 5
- (ख) खाद्य सेवा प्रतिष्ठान में खाद्य पदार्थों का भंडारण करते समय किन बातों का ध्यान रखेंगे ? 5
- (ग) समझाइए कि एम. यू. ए. सी. एक महत्वपूर्ण मानवमितीय माप क्यों है। 5
- (घ) माँ का दूध बच्चे के लिए सर्वोत्तम आहार क्यों है ? 5
6. (क) शरीर में भोजन का पाचन, अवशोषण और उपयोगिता की प्रक्रिया का विस्तार में वर्णन कीजिए। 10
- (ख) भोजन परिवेषण चलाते समय व्यय विश्लेषण करना क्यों महत्वपूर्ण है ? 5
- (ग) स्तनपान कराने वाली महिलाओं को अपने आहार में किन चीजों के सेवन को प्रतिबंध करना चाहिए ? 5
7. (क) स्वस्थ हड्डी बनाने में कैल्शियम, फॉस्फोरस और विटामिन 'डी' की भूमिका को समझाइए। 7
- (ख) एक गृहिणी को अपनी आर्थिक स्थिति के अनुसार श्रेष्ठ खाद्य पदार्थ खरीदने हेतु कुछ सुझाव दीजिए। 7
- (ग) प्रोटीन हमारे शरीर के लिए क्यों महत्वपूर्ण हैं ? 6

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (क) उदाहरण देते हुए कामकाजी वयस्कों के लिए पौष्टिक पैक लंच के लिए सुझाव
- (ख) एक किशोर के लिए भोजन की योजना बनाते समय ध्यान रखने योग्य बातें
- (ग) घर में खाद्य पदार्थों का परिरक्षण
- (घ) भोजन में रासायनिक संदूषक
- (ङ) समुदाय में पी. ई. एम. का प्रबंधन