

**CERTIFICATE IN NUTRITION AND
CHILD CARE (CNCC)**

Term-End Examination

December, 2024

CNCC-1 : 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) Define each of the following in
2-3 sentences : | 10 |
| (i) Malnutrition | |
| (ii) Pellagra | |
| (iii) Coenzyme | |
| (iv) Atherosclerosis | |
| (v) Low Birth Weight | |
| (b) What are the building blocks of proteins
and fats ? | 2 |

- (c) Give *two* symptoms of iodine deficiency among population groups. 2
- (d) Differentiate between Marasmus and Kwashiorkor. 4
- (e) Name *two* inhibitors of iron absorption. 2
2. (a) What is Xerophthalmia ? What measures would you adopt to prevent xerophthalmia ?
2+6
- (b) List the deficiency symptoms of riboflavin deficiency among children. 4
- (c) Discuss briefly how anaemia can be prevented among children, adolescent and pregnant women. 8
3. (a) Why is it important to include carbohydrates in our diet ? 8
- (b) What role does water play in our body ? 6
- (c) List the functions, food sources and the factors that influence the absorption of calcium in our body. 6
4. (a) Name *two* food sources rich in good quality protein. What measures would you advocate to improve the quality of protein in our diet ?
2+6

- (b) Enlist the nutrient needs of lactating women. What dietary advice would you give to the nursing mothers to ensure good health of her child and self ? 4+8
5. (a) What is food adulteration ? Why is it important to protect our food from adulteration ? What measures would you adopt to prevent adulteration ? 2+6+8
- (b) What measures would you adopt at home to prevent nutrient loss while cooking vegetables ? 4
6. (a) Briefly discuss the common nutritional deficiency disorders affecting children in India. 10
- (b) What is anthropometry ? How will you use it to assess nutritional status of children ? 10
7. (a) What records would you maintain in a food service unit ? Explain briefly. 10
- (b) What points would you keep in mind while selecting the following for a food service enterprise ? 5+5
- (i) Milk and milk products
- (ii) Flesh foods

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

- (a) Infection and Malnutrition—A vicious cycle
- (b) Physiological changes during pregnancy
- (c) Planning balanced diet for preschoolers
- (d) Dietary management of diabetes
- (e) Components of ICDS programme

CNCC-1

पोषण और बाल देखभाल में प्रमाण-पत्र
(सी. एन. सी. सी.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2024

सी.एन.सी.सी.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : प्र. सं. 1 अनिवार्य है। कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (क) दो-तीन वाक्यों में निम्नलिखित की व्याख्या कीजिए : 10

(i) कुपोषण

(ii) पैलेग्रा

(iii) सहएंजाइम

(iv) एथेरोस्कलैरोसिस

(v) जन्म पर शिशु के वजन में कमी होना

(ख) प्रोटीन और वसा के निर्माण खंड क्या हैं ? 2

(ग) जनसंख्या समूहों में आयोडीन की कमी के दो लक्षण बताइए। 2

(घ) मरास्मस और क्वाशियोरकर के बीच अन्तर बताइए।

4

(ङ) लौह-तत्व अवशोषण के दो बाधक पदार्थ बताइए।

2

2. (क) जीरोपथैल्मिया क्या है ? इसको रोकने के लिए
आप क्या उपाय अपनाएँगे ? 2+6

(ख) बच्चों में राइबोफ्लेविन की कमी के लक्षणों की
सूची बनाइए। 4

(ग) बच्चों, किशोरों और गर्भवती महिलाओं में एनीमिया
को कैसे रोका जा सकता है, संक्षेप में चर्चा
कीजिए। 8

3. (क) अपने आहार में कार्बोहाइड्रेट को शामिल करना
क्यों महत्वपूर्ण है ? 8

(ख) जल की हमारे शरीर में क्या भूमिका है ? 6

(ग) हमारे शरीर में कैल्शियम के कार्यों, खाद्य स्रोतों
और अवशोषण को प्रभावित करने वाले कारकों
की सूची बनाइए। 6

4. (क) अच्छी गुणवत्ता वाले प्रोटीन के दो खाद्य स्रोतों के नाम बताइए। हमारे आहार में प्रोटीन की गुणवत्ता में सुधार के लिए आप किन उपायों को बतायेंगे ?

2+6

(ख) स्तनपान कराने वाली महिला की पोषक तत्वों की जरूरतों को सूचीबद्ध कीजिए। आप स्तनपान कराने वाली माताओं को अपने बच्चे और स्वयं के अच्छे स्वास्थ्य के लिए क्या आहार सम्बन्धी सलाह देंगे ?

4+8

5. (क) खाद्य मिलावट क्या है ? हमारे खाने को मिलावट से बचाना क्यों जरूरी है ? मिलावट से बचने के लिए आप क्या उपाय अपनायेंगे ?

2+6+8

(ख) घर पर सब्जियाँ पकाते समय पोषक तत्वों की क्षति को रोकने के लिए आप क्या उपाय अपनायेंगे ?

4

6. (क) भारत में बच्चों को प्रभावित करने वाले पोषक तत्व की कमी से होने वाले विकार की संक्षिप्त में चर्चा कीजिए।

10

(ख) मानवमिति क्या है ? बच्चों की पोषण स्थिति का आकलन करने के लिए आप इसका उपयोग कैसे करेंगे ?

10

7. (क) भोजन परिवेषण इकाई में रिकॉर्ड रखने को संक्षेप में बताइए। 10

(ख) खाद्य व्यवसाय के लिए निम्नलिखित का चयन करते समय आप किन बातों को ध्यान में रखेंगे ?

5+5

(i) दूध और दूध से बने पदार्थ

(ii) मांसाहारी खाद्य पदार्थ

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5

(क) संक्रमण और कुपोषण—एक दुश्चक्र

(ख) गर्भावस्था के दौरान शारीरिक परिवर्तन

(ग) शालापूर्व बच्चों के लिए सन्तुलित आहार की योजना बनाना

(घ) मधुमेह की आहार व्यवस्था (प्रबंधन)

(ङ) आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम के घटक

× × × × × × ×