

No. of Printed Pages : 4

CFN-002

**CERTIFICATE PROGRAMME IN
FOOD AND NUTRITION (CFN)
Term-End Examination**

June, 2026

CFN-002 : YOUR FOOD AND ITS UTILIZATION

Time : 3 Hours

Maximum Marks : 100

छापील पृष्ठांची संख्या: 4

CFN-002

अन्न आणि पोषण प्रमाणपत्र कार्यक्रम (CFN)

सत्र-समाप्ती परीक्षा

जून, 2026

CFN-002 : आपले अन्न आणि त्याचा वापर

वेळ: 3 तास

कमाल गुण: 100

टीप: (i) प्रश्न क्रमांक 1 अनिवार्य आहे.

(ii) एकंदर पाच प्रश्न सोडवायचे आहेत.

(iii) सर्व प्रश्नांना समान गुण आहेत.

1. खालील संज्ञा स्पष्ट करा: 10×2=20
 - (a) अन्नाचे पचन
 - (b) संतुलित आहार
 - (c) आरोग्य
 - (d) चिकाचे दूध
 - (e) अस्थिसुशिरता
 - (f) बॉडी मास इंडेक्स (BMI)
 - (g) मॅरास्मस
 - (h) किशोरावस्था
 - (i) संरक्षणात्मक/नियामक अन्न गट
 - (j) टॉक्सेमिया
2. (a) क्रियाशीलता पातळी आणि वय यांचा प्रौढांच्या पौष्टिक गरजांवर कसा परिणाम होतो हे थोडक्यात स्पष्ट करा. क्रियाशीलता पातळी आणि वयावर आधारित प्रौढांसाठी शिफारस केलेले आहारातील प्रमाण (RDA) सांगा. 10
 - (b) अन्नाच्या शारीरिक, सामाजिक आणि मानसिक कार्यांची चर्चा करा. 5
 - (c) अन्नातून मिळणारे पोषक घटक आणि त्यांची आपल्या शरीरातील कार्ये यांची यादी करा. 5
3. (a) गरोदरपणात गरोदर महिलांच्या पोषक गरजांची गणना करा. 6

- (b) गरोदरपणातील धोक्याचे घटक ओळखा. 4
- (c) वृद्धत्वाची व्याख्या करा. या टप्प्यात होणारे शारीरिक बदल आणि वृद्धांच्या पोषणाशी संबंधित समस्यांचे वर्णन करा. 2+8
4. (a) आपल्या शरीरातील कर्बोदके, प्रथिने आणि चरबीच्या पचन प्रक्रियेचे वर्णन करा. 10
- (b) किशोरवयीन मुलांसाठी आहारातील मार्गदर्शक तत्त्वे आणि त्यांच्या पौष्टिक स्थितीवर परिणाम करू शकणाऱ्या किशोरवयीन मुलांच्या समस्यांची यादी करा. 5+5
5. खालीलपैकी कोणत्याही दोन समस्यांची कारणे, लक्षणे, प्रतिबंध आणि उपचार सांगा: 10+10
- (a) प्रथिने ऊर्जा कुपोषण (PEM)
- (b) जीवनसत्व 'अ' ची कमतरता
- (c) रक्तक्षय
- (d) IDD (आयोडीनच्या कमतरतेचे विकार)
6. पौष्टिक स्थितीचे मूल्यमापन करण्याच्या खालील पद्धती स्पष्ट करा: 5+5+5+5
- (a) अँथ्रोपोमेट्री
- (b) चिकीत्सालयीन चाचणी

- (c) बायोकेमिकल चाचणी
- (d) आहाराचे मूल्यमापन
7. (a) योग्य समर्थन देऊन "आईचे दूध हे बालकांसाठी सर्वोत्तम अन्न आहे" या विधानाचे स्पष्टीकरण द्या. 7
- (b) सहा महिने ते एक वर्ष वयाच्या बालकांसाठी आहाराच्या कोणत्या पूरक पद्धतीचे पालन केले पाहिजे? 8
- (c) शालेय वयाच्या मुलांसाठी आहारातील मार्गदर्शक तत्त्वे सांगा. 5
8. खालीलपैकी कोणत्याही चार गोष्टींवर थोडक्यात टीपा लिहा: 5+5+5+5
- (a) अन्नाविषयीच्या चुकीची माहिती
- (b) वजन वाढणे—तथ्य आणि भ्रम
- (c) संतुलित आहाराचे नियोजन करताना अन्न गटांचे महत्त्व
- (d) BMI नुसार प्रौढांमधील कुपोषणाचे जागतिक आरोग्य संघटनेचे (WHO) वर्गीकरण
- (e) वाढीचे महत्त्वपूर्ण टप्पे
- (f) निरोगी गरोदरपणाच्या परिणामासाठी काय करावे आणि काय करू नये.