No. of Printed Pages : 5

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*

ముద్రించబడిన పేజీల సంఖ్య : 5

CFN-002

సర్టిఫికెట్ ప్రోగ్రాం ఇన్ ఫుడ్ అండ్ న్యూట్రిషన్ - (సీఎఫ్ఎన్)

టెర్మ్ -చివరి పరీక్ష

జూన్ -2026

CFN-002 : మీ ఆహారం మరియు దాని వినియోగం

సమయం : 3 గంటలు *గరిష్ఠ మార్కులు : 100*

గమనిక : (*i*) ప్రశ్న నం. 1 తప్పనిసరిగా రాయుము.

(*ii*) అన్నింటిలో అయిదు ప్రశ్నలకు జవాబులు రాయుము.

(*iii*) అన్ని ప్రశ్నలకు మార్కులు సమానం.

---

1. ఈ కింది పదజాలం నిర్వచించండి: 10×2=20

(a) ఆహారం జీర్ణమవడం

(b) సమతుల్య ఆహారం

(c) ఆరోగ్యం

(d) కోలోస్ట్రమ్

(e) ఆస్టియోపోరోసిస్

(f) బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ (BMI)

(g) శుష్కించడం

(h) యవ్వనం

(i) రక్షణాత్మక /నియంత్రణ ఆహార సమూహం

(j) టోక్సెమియా

2. (a) పని స్థాయి మరియు వయస్సులు వయోజనుల పోషకాహార అవసరాలను ఎలా ప్రభావితం చేస్తాయో క్లుప్తంగా వివరింపుము. పని స్థాయిలు మరియు వయస్సు ఆధారంగా వయోజనుల కోసం రికమెండెడ్ డైటరీ అలొవెన్స్ (ఆర్‌డిఏ)ని తెలియచేయుము. 10

(b) ఆహారం యొక్క శారీరక, సామాజిక మరియు మానసిక విధిలను చర్చించండి. 5

(c) ఆహారం కేటాయించిన పోషకాల జాబితా మరియు మన శరీరంలో వాటి విధులు తెలియచేయుము. 5

3. (a) గర్భధారణలో గర్భిణీ స్త్రీల పోషకాహారం అవసరాలను వివరింపుము. 6

(b) గర్భధారణలో ప్రమాద అంశాలను గుర్తించుము. 4

(c) వృద్ధులను నిర్వచించుము. ఈ దశలో కలిగే శారీరక మార్పులు వృద్ధులకు సంబంధించిన పోషకాహార సంబంధిత సమస్యలు వర్ణించుము. 2+8

4. (a) మన శరీరంలో కార్బోహైడ్రేట్స్, ప్రోటీన్స్ మరియు కొవ్వులు యొక్క జీర్ణ ప్రక్రియను వర్ణింపుము. 10

(b) యుక్త వయస్సుల వారి కోసం ఆహార మార్గదర్శకాల జాబితా మరియు వారి పోషకాహార స్థితిని ప్రభావం చూపించే యుక్తవయస్సుల వారి సమస్యలను తెలియచేయుము. 5+5

5. ఈ కింది వాటిలో ఏవైనా రెండిటి యొక్క కారణాలు, లక్షణాలు మరియు నివారణ మరియు చికిత్సను వివరించుము: 10+10

(a) ప్రోటీన్ ఎనర్జీ పోషకాహార లోపం (PEM)

(b) విటమిన్ ఏ (A) లోపం

(c) రక్తహీనత

(d) IDD (అయోడిన్ లోపం వ్యాధి)

6. ఈ కింది పోషకాహార హోదా అంచనా యొక్క పద్ధతులు వివరించుము: 5+5+5+5

(a) ఆంత్రోపోమెట్రి

(b) వైద్య పరీక్ష

(c) జీవ రసాయన పరీక్ష

(d) ఆహారం అంచనా

7. (a) "తల్లి పాలు బిడ్డకు శ్రేష్టమైనవి" వ్యాఖ్యానం వివరించుము మరియు సమర్థించుము. 7

(b) ఆరు నెలలు నుండి ఏడాది వయస్సు వరకు ఉన్న శిశువుల కోసం ఏ అనుబంధపూరక ఆహారం పద్దతులు అనుసరించాలి? 8

(c) పాఠశాల వయస్సు గల పిల్లల కోసం ఆహారపు మార్గదర్శకాలు తెలియచేయుము. 5

8. ఈ కింది ఏవైనా నాలుగింటిలో క్లుప్తంగా నోట్సు రాయుము: 5+5+5+5

(a) ఆహారం గురించి తప్పు సమాచారం

(b) బరువు పెరగడం-వాస్తవాలు మరియు తప్పు భావనలు

(c) సమతుల్య ఆహారాలను ప్రణాళిక చేయడంలో ఆహార సమూహాల ప్రాధాన్యత

(d) బీఎంఐ (BMI) ప్రకారం వయోజనుల్లో పోషకాహార లోపం గురించి డబ్ల్యూహెచ్ఓ (WHO) వర్గీకరణ

(e) వృద్ధి యొక్క కీలకమైన సమయాలు

(f) ఆరోగ్యవంతమైన గర్భధారణ ఫలితాల కోసం చేయవలసిన పనులు మరియు చేయకూడని పనులు.

× × × × ×