

Total No. of Printed Pages—7

1 SEM FYUGP GECCMSC1

2025

(November)

COMMUNITY SCIENCE

(Generic Elective Course)

Paper : GECCMSC1

(**Human Nutrition**)

Full Marks : 60 (80 for 2023 Batch)

Time : 2 hours (3 hours for 2023 Batch)

*The figures in the margin indicate full marks
for the questions*

1. তলত দিয়াবোৰৰ খালী ঠাই পূৰণ কৰা : 1×5=5

Fill in the blanks of the following :

(a) _____ ক শিশুৰ বাবে সৰ্বশ্ৰেষ্ঠ খাদ্য হিচাপে গণ্য কৰা হয়।

_____ is considered as the best food for infant.

(2)

- (b) _____ হৈছে খাদ্যত শক্তিৰ পৰিমাণৰ একক।
_____ is the unit of measurement of energy in food.
- (c) শৰীৰত _____ হিচাপে কাৰ্ব'হাইড্ৰেট সংৰক্ষণ হয়।
Carbohydrates are stored in the body as _____.
- (d) স্বাস্থ্যজনিত সমস্যাৰ সৃষ্টি কৰা পৰ্যাপ্ত পুষ্টিৰ অভাৱক _____ বুলি কোৱা হয়।
Lack of adequate nutrition leading to health problems is called _____.
- (e) _____ ক খাদ্যবিজ্ঞান আৰু স্বাস্থ্যৰ সৈতে ইয়াৰ সম্পৰ্ক হিচাপে সংজ্ঞায়িত কৰা হয়।
_____ is defined as the science of food and its relation to health.

2. তলত দিয়াবোৰ শুদ্ধ নে অশুদ্ধ লিখা : $1 \times 5 = 5$

Write True or False of the following :

- (a) সুস্থ আৰু বয়স, লিংগ আৰু কাৰ্যকলাপ অনুসৰি পৃথক হয়।

Balanced diet varies according to age, sex and activity.

26P/102

(Continued)

(3)

- (b) প্ৰ'টিন হৈছে শৰীৰত তাৎক্ষণিক শক্তিৰ মুখ্য উৎস।
Protein is the main source of instant energy in the body.
- (c) অত্যধিক কাৰ্ব'হাইড্ৰেট গ্ৰহণ কৰিলে মেদবহুলতা হ'ব পাৰে।
Excess carbohydrate consumption may lead to obesity.
- (d) গৰ্ভাৱস্থাত আইৰণৰ অভাৱত ৰক্তহীনতা হ'ব পাৰে।
Iron deficiency during pregnancy may cause anemia.
- (e) মাতৃদুগ্ধত ভিটামিন C আৰু D-ৰ বাহিৰে সকলো পুষ্টি থাকে।
Breast milk contains all nutrients except vitamins C and D.

3. তলত দিয়াবোৰৰ মাজত পাৰ্থক্য লিখা (যি কোনো তিনিটা) : $3 \times 3 = 9$

Write the difference between the following (any three) :

- (a) পুষ্টি আৰু অপুষ্টি

Nutrition and Malnutrition

26P/102

(Turn Over)

(4)

(b) বৃহৎ পৰিপোষক আৰু ক্ষুদ্ৰ পৰিপোষক

Macronutrients and Micronutrients

(c) কাৰ্যকৰী খাদ্য আৰু জাক খুন্ড

Functional food and Junk food

(d) চৰীত দ্ৰৱণীয় ভিটামিন আৰু পানীত দ্ৰৱণীয় ভিটামিন

Fat-soluble vitamins and Water-soluble vitamins

4. তলত দিয়াবোৰৰ ওপৰত চমু টোকা লিখা (যি কোনো চাৰিটা) :

5×4=20

Write short notes on the following
(any four) :

(a) খাদ্য, পুষ্টি আৰু স্বাস্থ্যৰ মাজত সম্পৰ্ক

Relationship among food, nutrition and health

(b) সুৰম আহাৰৰ গুৰুত্ব

Importance of balanced diet

26P/102

(Continued)

(5)

(c) প্ৰাক-বিদ্যালয়ৰ শিশুৰ পুষ্টিৰ প্ৰয়োজনীয়তা

Nutritional requirement during pre-school

(d) শক্তিৰ ভাবসাম্য

Energy balance

(e) খাদ্য গোটসমূহৰ শ্ৰেণীবিভাজন

Classification of food groups

5. মানুহৰ পুষ্টিৰ ক্ষেত্ৰত চৰ্বিৰ ভূমিকাৰ বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰা। 5

Explain about the role of fats in human nutritions.

6. গৰ্ভাবস্থা আৰু দুগ্ধপানৰ সময়ত পুষ্টিৰ গুৰুত্ব লিখা। 3+3=6

Write the importance of nutrition during pregnancy and lactation.

7. ভিটামিন আৰু খনিজ পদাৰ্থৰ কাৰ্য, উৎস আৰু অভাৱজনিত ৰোগসমূহৰ বিষয়ে বৰ্ণনা কৰা। 10

Describe the functions, sources and deficiency diseases of vitamins and minerals.

26P/102

(Turn Over)

(6)

অথবা / Or

বিভিন্ন বয়সৰ বাবে প্ৰস্তাৱিত ৰাদ্যমান (RDAs) উদাহৰণসহ আলোচনা কৰা।

Discuss the Recommended Dietary Allowances (RDAs) for different age groups with examples.

(Additional 20 marks for 2023 Batch)

8. ৰাদ্য, পুষ্টি, অপুষ্টি, স্বাস্থ্য আৰু পুষ্টিৰ স্থিতিৰ মৌলিক ধাৰণাসমূহ ব্যাখ্যা কৰা। 10

Explain the basic concepts of food, nutrition, malnutrition, health and nutritional status.

অথবা / Or

কাৰ্ব'হাইড্ৰেট আৰু প্ৰ'টিন অত্যধিক সেৱনৰ ফলত স্বাস্থ্যজনিত সম্ভাৱ্য বিপদসমূহ কি কি?

What are the potential health risks associated with excessive consumption of carbohydrate and protein?

26P/102

(Continued)

(7)

9. সুখম আহাৰ পৰিকল্পনাত মৌলিক ৰাদ্য গোটসমূহে কেনেদৰে সহায় কৰে সেই বিষয়ে ব্যাখ্যা কৰা। 10

Explain how basic food groups helps in planning balanced diet.

অথবা / Or

প্ৰ'টিনৰ উৎস আৰু অভাৱজনিত ৰোগসমূহৰ বিষয়ে লিখা।
Write the sources and deficiency diseases of protein.

26P—2500/102

1 SEM FYUGP GECCMSC1