



বিদ্যাসাগর বিশ্ববিদ্যালয়
VIDYASAGAR UNIVERSITY

Question Paper

B.Sc. General Examinations 2020

(Under CBCS Pattern)

Semester - V

Subject: PHYSIOLOGY

Paper: SEC3T

Full Marks : 40

Time : 2 Hours

Candidates are required to give their answer in their own words as far as practicable.

The figures in the margin indicate full marks.

MATERNAL AND CHILD NUTRITION

Answer any *two* question.

2×20=40

1. What is Pregnancy induced Hypertension? Write down the nutritional requirement during 3rd trimester of pregnancy. What is Pica? 7+10+3
2. Write down the importance of Counselling of breastfeeding. Write the nutritional requirements of lactating mother. Write down the effect of Diet on birth-weight. 5+10+5
3. What are Weaning and Complementary food? Why weaning is essential? Write the management of severe malnutrition in children. What is IMR and MMR? 4+4+7+5

4. Write any *four* short notes from the following :

4×5

- (a) ICDS
- (b) Mid day meal programme
- (c) Micronutrient malnutrition
- (d) Anaemia
- (e) Special nutritional Programme (SNP)

বঙ্গনুবাদ

যে কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও।

২×২০=৪০

1. গর্ভকালীন উচ্চ রক্তচাপ কী? গর্ভাবস্থায় তৃতীয় পর্বের পুষ্টিগত প্রয়োজনীয়তা উল্লেখ করো। পিকা কি? ৭+১০+৩
2. স্তন্য দানের পরামর্শ দেওয়া হয় কেন? স্তন্যদাত্রী মায়ের পুষ্টিচাহিদা সম্পর্কে লেখ। birth-weight জন্ম-ওজনের এর উপর খাদ্য বা পথ্যের প্রভাব উল্লেখ কর। ৫+১০+৫
3. Weaning ও Complementary কী? Weaning গুরুত্বপূর্ণ কেন? শিশুদের ক্ষেত্রে তীব্র অপুষ্টির ব্যবস্থাপনা গুলি উল্লেখ কর। IMR ও MMR কী? ৪+৪+৭+৫
3. টীকা লেখ। (যেকোনো ৪টি) ৪×৫
 - (a) ICDS
 - (b) মধ্যাহ্নভোজ কর্মসূচী
 - (c) মাইক্রোনিউট্রিয়েন্ট অপুষ্টি
 - (d) রক্তাঙ্গতা
 - (e) বিশেষ পুষ্টি কর্মসূচী (Special Nutrition Programme, SNP)

NUTRITION AND FITNESS

Answer any *two* questions.

2×20=40

1. (a) What do you mean by physical activity and physical fitness?
(b) Mention the different objectives of fitness assessment.
(c) Briefly describe any two types of “fitness assessment”.
(d) State different ways of staying fit and healthy. 2+3+(5+5)+5

2. (a) Why proper nutrition is the most important part of fitness?
(b) What are macronutrients and micronutrients? Give example.
(c) Describe different roles of nutrition in enhancing performance.
(d) Mention the different risks and adverse effects of nutritional supplement use. 6+(2+2)+5+5

3. (a) Why is physical activity so important for health and wellbeing?
(b) State about the physical activity guidelines.
(c) Briefly describe about the “FIIT principle”.
(d) Discuss about the four levels of physical activities in “Physical activity pyramid”. 6+4+5+5

4. (a) What do you mean by fad diet? Describe different types of fad diets.
(b) State the principle of diet planning.
(c) Mention the guidelines of exercise method for weight control.
(d) How does the ketogenic diet reduce the body weight? (2+4)+5+5+5

বঙ্গনুবাদ

যে কোনো দুটি প্রশ্নের উত্তর দাও।

২×২০=৪০

1. (a) শারীরিক ক্রিয়াকলাপ এবং শারীরিক সুস্থতা বলতে কী বোঝায়?
(b) ফিটনেস (সুস্থতা) মূল্যায়নের বিভিন্ন লক্ষ্যগুলি উল্লেখ কর।
(c) সংক্ষেপে যে কোন দুই ধরনের “ফিটনেস (সুস্থতা) মূল্যায়ণ” বর্ণনা কর।
(d) ফিট এবং সুস্থ থাকার বিভিন্ন উপায়গুলি বর্ণনা কর। ২+৩+(৫+৫)+৫
2. (a) সঠিক পুষ্টি কেন ফিটনেসের (সুস্থতার) সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গ?
(b) ম্যাক্রোনিউট্রিয়েন্টস এবং মাইক্রোনিউট্রিয়েন্টস কী? উদাহরণ দাও।
(c) পারফরম্যান্স (ক্রীড়াকৌশল) স্তর বাড়ানোর ক্ষেত্রে পুষ্টির বিভিন্ন ভূমিকা বর্ণনা কর।
(d) পুষ্টি পরিপূরক ব্যবহারের বিভিন্ন ঝুঁকি এবং প্রতিকূল প্রভাবগুলি উল্লেখ কর। ৬+(২+২)+৫+৫
3. (a) স্বাস্থ্য এবং সুস্থতার জন্য শারীরিক ক্রিয়াকলাপ কেন গুরুত্বপূর্ণ?
(b) শারীরিক ক্রিয়াকলাপের নির্দেশিকাগুলি সম্পর্কে বল।
(c) সংক্ষেপে “FIIT নীতি” সম্পর্কে বর্ণনা কর।
(d) “শারীরিক ক্রিয়াকলাপ পিরামিডের” চার স্তরের শারীরিক ক্রিয়াকলাপ সম্পর্কে আলোচনা কর। ৬+৪+৫+৫
4. (a) ফ্যাড ডায়েট বলতে কী বোঝায়? বিভিন্ন ধরনের ফ্যাড ডায়েটের বর্ণনা দাও।
(b) খাদ্য পরিকল্পনার মূল নীতি সম্পর্কে বর্ণনা দাও।
(c) ওজন নিয়ন্ত্রণের জন্য ব্যায়াম পদ্ধতির নির্দেশিকা উল্লেখ কর।
(d) কীটোজেনিক ডায়েট কিভাবে শরীরের ওজন হ্রাস করতে পারে? (২+৪)+৫+৫+৫