



مرحلة البكالوريوس

كلية الاقتصاد المنزلي

الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 2022-2023

القسم	تغذية وعلوم الاطعمة	اسم وكود المقرر	تغذية انسان (N222)
الفرقة - الشعبة	ثانية - تغذية وعلوم الاطعمة	تاريخ الامتحان	2023 / 6 / 7
عدد الطلاب	336	زمن الامتحان	ساعتان

أجب عن جميع الاسئلة التالية: (الدرجة الكلية 60 درجة) (الاسئلة في ثلاث صفحات)

السؤال الاول

(كل فقرة بدرجة واحدة / 10 درجة)

اختر الحرف الصحيح من بين الأقواس وقم بتظليله في ورقة الاجابة المرفقة (الشيت الإلكتروني)

1. عامل MFP هو عامل خاص مرتبط بهضم اللحوم الحمراء - الأسماك والدواجن يحسن من امتصاص.

(A) الحديد هيمي (B) الحديد الغير هيمي (C) (A and B) (D) الماغنسيوم
2. يرتبط علم التغذية بكثير من العلوم الأخرى التي تساعد على تفهمه مثل علم

(A) الكيمياء (B) الوراثة (C) الاحصاء (D) جميع ما سبق
3. الجليكوليبيدات هي عبارة عن لبيدات تحتوي علي جزئ سكر الجلوكوز او الجالاكتوز، وتوجد في

(A) الخلايا العصبية (B) المخ (C) الكبد (D) جميع ما سبق
4. تشبه في تركيبها الجليسيريدات الثلاثية فيما عدا ان واحدا من الاحماض الدهنية تم استبداله بحمض الفوسفور وقاعدة نيتروجينية

(A) الشموع (B) الليبوبروتينات (C) الجليكوليبيدات (D) جميع خطأ
5. تعني وجود زيادة في الطاقة او في واحد او أكثر من العناصر الغذائية مما يعوق الجسم عن اداء وظائفه بصورة طبيعية.

(A) Nutrition (B) Food (C) Over nutrition (D) جميع خطأ
6. هذه (9, 12, 15) ▲ (18;3) صيغة لحمض دهني تعني ان هذا الحمض يحتوي علي

(A) رابطة مزدوجة واحدة في الموقع 18 (B) رابطة مزدوجة واحدة في الموقع 9 (C) ثلاث روابط مزدوجة في الموقع رقم 15 و 12 و 9 (D) غير ذلك
7. يدخل الكوليسترول في تركيب أغشية خلايا الجسم بالإضافة إلى انه يتحول إلى مركبات متشابهة له مثل

(A) فيتامين (د) (B) فيتامين (أ) (C) فيتامين (هـ) (D) جميع خطأ
8. تعمل الأحماض الدهنية غير المشبعة المتحولة الي

(A) خفض مستوى LDLC (B) رفع مستوى HDLC (C) تزيد من مقاومة الأنسولين (D) (A and B)
9. من اهم وظائف عنصر يدخل في تركيب كثير من الأنزيمات ومرفقات الأنزيمات وكذلك الأحماض النووية

(A) الفوسفور (B) الحديد (C) السليوم (D) (A and B)
10. يؤدي نقص البوتاسيوم إلى

(A) بطئ في النمو (B) حدوث انتفاخ للمعدة (C) ضعف في العضلات (D) جميع صوا

اقلب الصفحة

2N 4

السؤال الثاني

(كل سؤال بدرجة واحدة / 50 درجة)

قم بكتابة العلامة المناسبة (T) أو (F) امام كل سؤال في ورقة الاجابة المرفقة (الشيت الالكتروني).

م	الاسئلة
1.	قيمة الطاقة التي نحصل عليها من احتراق المادة الغذائية داخل المسعر اعلى من تلك الناتجة من ايض الغذاء في جسم الانسان وهذا يرجع الى ان المسعر يسبب حدوث اكسدة غير كاملة لجميع مكونات المادة الغذائية
2.	تعد العناصر الغذائية (كربوهيدرات، الدهون، البروتينات) عناصر عضوية اي تحتوي في تركيبها البنائي علي ذرات الهيدروجين
3.	يحدث توازن الكالسيوم السالب إذا قلت كمية الكالسيوم التي تخرج من الجسم عن الكمية التي يتناولها الشخص
4.	خفض نسبة الدهون في الوجبة الغذائية عن المستوي الموصي به يقلل من استفادة الجسم من الكربوهيدرات
5.	ضعف في حدة التذوق وفقد الشهية للأكل يحدث نتيجة نقص عنصر الزنك
6.	تزداد احتياجات الشخص للماء بزيادة محتوى الوجبة من الأغذية البروتينية والمواد غير القابلة للهضم والأملاح
7.	Macro-elements وتمثل 0.5% من وزن الجسم وهي الحديد، النحاس، الزنك، اليود، المنجنيز، السليسيوم، السيليكون، النيكل.
8.	تزداد كمية الماء المفترزة عن طريق الجلد في صورة عرق بانخفاض درجة حرارة الجو
9.	الفوسفاتيديل اينوسيتول تشبه في تركيبها الجليسيريدات الثلاثية فيما عدا ان واحدا من الاحماض الدهنية تم استبداله بحمض الفوسفوريك وقاعدة نيتروجينية سيرين
10.	من عيوب الطريقة الغير مباشرة لقياس الطاقة الكلية التي يصرفها الجسم اثناء اداء وظائفه ونشاطاته الحيوية تحتاج الي كثير من الصبر لأجرائها والتي مجموعة من الفنيين المهرة
11.	معظم الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الكوليسترول مرتفعة أيضا في الدهون المشبعة، باستثناء البيض حيث تحتوي البيضة الواحدة على 5 جرام فقط من الدهون المشبعة
12.	يحفز فيتامين د بمساعدة هرمون البارثيرويد على تعبئة وتخزين الكالسيوم في العظام.
13.	يعتبر الحمض الدهني اللوريك اسيد، الميرستيك اسيد والبالمتيك اسيد من أكثر الأحماض الدهنية المشبعة التي تخفض نسبة الكوليسترول الضار في الدم
14.	ارتفاع مستوي الصوديوم في الدم يسبب ارتفاع الضغط الاسموزي للدم مما يترتب عليه سحب كمية ماء كبيرة الي الدم مما يؤدي الي الإصابة بارتفاعا في ضغط الدم
15.	الطاقة الكامنة في الجسم قد تتحول الي طاقة ميكانيكية تستخدم في نقل العناصر الغذائية
16.	توفر الوجبة الغذائية حوالي 60% من احتياجات الشخص اليومية من الكوليسترول
17.	أخصائي التغذية لابد له من معرفة الكائنات الحية الدقيقة التي لها دور في تصنيع بعض العناصر الغذائية
18.	يحتوي جسم الإنسان البالغ على كمية من الصوديوم زيادة عن ضعف كمية البوتاسيوم تقريبا
19.	تختلف كمية الماء الناتجة من عملية الأيض الغذائي باختلاف المادة الغذائية حيث تنتج الكربوهيدرات 60% والبروتينات 42% والدهون 107% من وزنها ماء أيضا.
20.	يساعد عنصر السليسيوم على تكوين الكولاجين الضروري لالتئام الجروح، لهذا فانه في حالة نقصه يصعب شفاء الجروح
21.	يحدث الميزان الموجب في الافراد الذين تعرضوا لحالة مرضية او عانوا من سوء التغذية، ثم تبعها فترة إعادة بناء مع زيادة التغذية .
22.	من البروتينات التحفيزية الهرمونات وهي تقوم بتحفيز التفاعلات الحيوية للكائن الحي أثناء النمو والتناسل والتخليق والهدم
23.	الحبوب يوجد بها كل من الميثيونين والتربتوفان وتفتقر الي كل من الليسين و الايزوليوسين
24.	الليسين هو الحامض الاميني الحدي في الجيلاتى .
25.	يتأثر الكبد بنقص البروتين وتتراكم حبيبات الدهن بين طبقاته.
26.	تحفظ الكربوهيدرات الاغذية من الفساد عند إضافتها بكميات كبيرة لكونها شرهه للماء فتخفض نسبة الماء الحر

