



Rewarding Learning

ADVANCED SUBSIDIARY (AS)
General Certificate of Education
January 2013

Uimhir Lárionaid

71

Uimhir Iarrthóra

Eacnamaíocht Bhaile

Aonad Measúnaithe AS 1

ag measúnú

Cothú faoi choinne Sláinte Optamach

[AN111]

DÉ LUAIN 14 Eanáir, Iarnóin

AM

1 uair 30 nóiméad.

TREOIR D'IARRTHÓIRÍ

Scríobh d'Uimhir Lárionaid agus d'Uimhir Iarrthóra sna spásanna chuige sin ar bharr an leathanaigh seo agus ar an Leabhrán Freagraí atá leis seo.

Freagair **gach** ceist i Roinn A agus ceist **amháin** as Roinn B.

Scríobh do fhreagraí ar Roinn A ar an Scrúdpháipéar.

Scríobh do fhreagraí ar Roinn B ar an Leabhrán Freagraí atá leis seo.

Úsáid an scorán comhaid atá ar fáil le do Leabhrán Freagraí a cheangal den Scrúdpháipéar ag deireadh an scrúdaithe.

EOLAS D'IARRTHÓIRÍ

Is é 70 an marc iomlán don pháipéar seo.

Measúnófar caighdeán na cumarsáide scríofa sna ceisteanna 6–10.

Léiríonn figiúirí idir lúibíní ar thaobh na lámhe deise de leathanaigh na marcanna atá ag dul do gach ceist nó do gach cuid de cheist.

Don Scrúdaitheoir amháin	
Uimhir Ceiste	Marcanna
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Marc Iomlán

Roinn A

Freagair **gach** ceist sa roinn seo sna spásanna atá ar fáil.

- 1 Luaigh **3** chineál bia ar foinsí maithe vitimín E iad.

[3]

- 2 Mínigh **dhá** fheidhm atá leis an mhianra fosfar.

[4]

- 3 Maidir le riachtanais phróitéine, cad é a chiallaíonn an téarma cothromaíocht nítrigine?

[4]

Scrúdaitheoir Amháin	
Marcanna	Athmharc

4 Déan scrúdú ar na buntáistí a bhaineann le bainne cíche do naíonán.

[5]

5 Pléigh ról na n-aigéad sailleach riachtanach san aiste bia.

[5]

Scrúdaitheoir Amháin	
Marcanna	Athmharc

8 Tá uisce riachtanach le go bhfeidhmeoidh an corp mar is ceart. Mínigh na feidhmeanna atá ag uisce sa chorp.

[8]

Scrúdaitheoir Amháin	
Marcanna	Athmharc

Roinn B

Scrúdaitheoir Amháin	
Marcanna	Athmharc

Freagair ceist **amháin** as an roinn seo sa Leabhrán Freagraí atá ar fáil.

- 9 Tá an rómheáchan agus an murtall leitheadach i measc páistí agus ógánach anois. Is fadhb mhór í sin ó thaobh cothúcháin de. Is dócha go leanfaidh an riocht sin ar aghaidh agus iad mór fásta.

Foinse: www.eufic.org

(a) Mínigh an chomhairle is cóir do thuismitheoirí a leanúint leis an mhurtall a chosc ina gcuid páistí. [10]

(b) Meas an ról atá ag na forlíonta cothaitheacha san óige agus san ógántacht. [15]

Nó

10 (a) Is féidir contúirtí a bheith ann do shláinte mná atá ag iompar clainne má bhíonn méadú ró-íseal ar a meáchan nó má bhíonn méadú rómhór ar a meáchan le linn toirchis. Tabhair breac-chuntas ar na contúirtí seo. [10]

(b) Pléigh an riachtanas a bhaineann le cailciam, le fóláit agus le próitéin le linn toirchis agus mol dóigheanna a bhféadfadh na cothaithe seo a chur isteach san aiste bia. [15]

SEO DEIREADH AN SCRÚDPHÁIPÉIR

Cuireadh isteach ar chead chun an t-ábhar cóipchirt uile a atáirgeadh.
I gcásanna áirithe is féidir nár éirigh le CCEA teagmháil a dhéanamh le húinéirí cóipchirt agus beidh sé sásta na hadmhálacha sin a fágadh ar lár a chur ina gceart amach anseo ach é a chur ar an eolas.