

**DIPLOMA IN NUTRITION AND  
HEALTH EDUCATION**

**Term-End Examination**

**December, 2015**

**02218**

**DNHE-1 : NUTRITION FOR THE COMMUNITY**

*Time : 3 hours*

*Maximum Marks : 100*

*Note : Attempt five questions in all. Question no. 1 is compulsory. All questions carry equal marks.*

- 
1. (a) Define the following : 2x7=14
- (i) Anabolism
  - (ii) Water balance
  - (iii) Essential Fatty Acids
  - (iv) Rhodopsin
  - (v) Parboiled Rice
  - (vi) Non - available carbohydrates
  - (vii) Pellagra
- (b) Fill in the blanks : 6
- (i) Scurvy is due to deficiency of \_\_\_\_\_ .
  - (ii) Table sugar is made up of two basic units, glucose and \_\_\_\_\_ .
  - (iii) One gram of fat provides approximately \_\_\_\_\_ kcal.
  - (iv) Pulses are lacking in the essential amino acid \_\_\_\_\_ .

- (v) \_\_\_\_\_ is also known as the 'antibleeding vitamin'.
- (vi) \_\_\_\_\_ is the main mineral present in extracellular fluid.

2. Justify the following statements : 5+5+5+5
- (a) Fat performs important functions in the body.
  - (b) Monitoring the growth of preschoolers is important.
  - (c) Pregnancy in adolescence can have disastrous consequences on health.
  - (d) Even the low income group can eat nutritionally balanced meals.
3. (a) Explain the concept of physical, mental and spiritual health by giving suitable examples. 9
- (b) Describe the functions of carbohydrates. 6
- (c) Briefly explain the process of digestion of proteins. 5
4. (a) Discuss in detail, the factors to be considered while planning meals for a family. 10
- (b) Explain the nutritional component of ICDS. 5
- (c) Describe the Food Frequency Questionnaire as a method of diet survey. 5
5. Explain briefly the following :
- (a) Importance of water in the body. 5
  - (b) Improvement of nutritive value of grains by fermentation. 5
  - (c) Importance of eating iodized salt. 5
  - (d) Physiological changes due to ageing 5

6. (a) Explain the effect of malnutrition on infection. 5
- (b) Discuss some household methods of pest control. 8
- (c) Why is breast milk the best food for an infant ? 7
7. (a) List the points to keep in mind while planning diets for a preschool child. 8
- (b) How can controlling the temperature be used as a technique to prevent or delay food spoilage ? 7
- (c) What dietary considerations would you keep in mind while planning meals for a lactating woman ? 5
8. Write short notes on **any four** of the following :
- (a) Recommended Dietary Intakes 5+5+5+5
- (b) Selection of fruits and vegetables
- (c) Causes of food spoilage
- (d) Minimising Nutrient losses during food preparation
- (e) Causative factors of PEM
-

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2015

डी.एन.एच.ई.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

नोट : कुल पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए। प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।  
सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

1. (a) निम्नलिखित को परिभाषित कीजिए : 2x7=14

- (i) उपचय
- (ii) जल संतुलन
- (iii) अनिवार्य वसा अम्ल
- (iv) रोडोप्सिन
- (v) उसना चावल
- (vi) अनुपलब्ध कार्बोज
- (vii) पेलेग्रा

(b) रिक्त स्थान भरिए : 6

- (i) स्कर्वी \_\_\_\_\_ की कमी से होता है।
- (ii) चीनी (शर्करा) दो मूलभूत इकाइयों, ग्लूकोज और \_\_\_\_\_ की बनी होती है।
- (iii) एक ग्राम वसा लगभग \_\_\_\_\_ कि . किलौरी प्रदान करती है।

- (iv) दालों में अनिवार्य अमीनो अम्ल \_\_\_\_\_ की मात्रा कम होती है।
- (v) \_\_\_\_\_ 'रक्तस्रावरोधी विटामिन' भी कहलाता है।
- (vi) कोशिका बाह्य द्रव्य में \_\_\_\_\_ खनिज लवण पाया जाता है।

2. निम्नलिखित कथनों की पृष्टि कीजिए : 5+5+5+5
- (a) वसा शरीर में महत्वपूर्ण कार्य करता है।
- (b) स्कूलपूर्व बच्चों की वृद्धि की निगरानी (वृद्धि अनुवीक्षण) करना महत्वपूर्ण है।
- (c) किशोरावस्था में गर्भ धारण करने (गर्भवती होने) पर स्वास्थ्य पर घातक परिणाम हो सकता है।
- (d) निम्न आय के लोग भी पोषणात्मक रूप से संतुलित आहार का सेवन कर सकते हैं।
3. (a) उचित उदाहरण देते हुए स्वास्थ्य की शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक संकल्पना को स्पष्ट कीजिए। 9
- (b) कार्बोज के कार्यों का वर्णन कीजिए। 6
- (c) प्रोटीन के पाचन की प्रक्रिया के बारे में संक्षेप में बताइए। 5
4. (a) परिवार के लिए आहार की योजना बनाते समय ध्यान रखने योग्य कारकों की विस्तारपूर्वक चर्चा कीजिए। 10
- (b) आई सी डी एस के पोषणात्मक घटकों की जानकारी दीजिए। 5
- (c) आहार - सर्वेक्षण के तरीके के रूप में आहार-आवृत्ति प्रश्नावली का वर्णन कीजिए। 5

5. निम्नलिखित को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए :
- (a) शरीर में जल का महत्व 5
- (b) खमीरीकरण द्वारा अनाजों के पोषक मान में सुधार करना 5
- (c) आयोडीनयुक्त नमक खाने का महत्व 5
- (d) वृद्धावस्था के कारण होने वाले शारीरिक परिवर्तन 5
6. (a) संक्रमण पर कुपोषण के प्रभाव का वर्णन कीजिए। 5
- (b) कीड़ों की रोकथाम की कुछ घरेलू विधियाँ बताइए। 8
- (c) माँ का दूध शिशु के लिए सर्वोत्तम आहार क्यों है? 7
7. (a) स्कूलपूर्व बच्चे के लिए आहारों की योजना बनाते समय ध्यान रखने योग्य बातों को सूचीबद्ध कीजिए। 8
- (b) खाद्य-पदार्थों को खराब होने से बचाने या देर तक रखने के लिए 'तापमान-नियंत्रण' का तकनीक के रूप में प्रयोग कैसे किया जा सकता है? 7
- (c) स्तनपान कराने वाली महिला के लिए आहार - योजना बनाते समय आप आहार - संबंधी किन बातों को ध्यान में रखेंगे? 5
8. निम्नलिखित में से **किन्हीं चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (a) पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
- (b) फलों व सब्जियों का चयन
- (c) खाद्य पदार्थों के खराब होने के कारण
- (d) भोजन पकाते समय पोषक तत्वों को नष्ट होने से रोकना या कम करना
- (e) प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण होने के कारण