

**DIPLOMA IN NUTRITION AND HEALTH
EDUCATION**

Term-End Examination

December, 2016

00103

DNHE-1(S) : 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) Fill in the blanks : 10
- (i) The energy giving foods are rich in _____ and/or fat.
 - (ii) Vitamins and minerals have both protective and _____ functions.
 - (iii) Glucose is converted into _____ which is stored in the liver and muscles.
 - (iv) 50 gms of carbohydrate, 20 gms of fat and 30 gms of proteins will provide _____ k calories.
 - (v) Fats are made of glycerol and _____.

- (vi) Low height for age in a child is called _____ .
- (vii) Certain moulds produce toxins called _____ in the food which are harmful.
- (viii) Metanil yellow is an adulterant present in _____ .
- (ix) _____ is the precursor of Vitamin A in our body.
- (x) _____ is called the Sunshine Vitamin.

(b) Explain the following terms in 2-3 sentences each :

10

- (i) Nutritional status
- (ii) Basal Metabolic Rate
- (iii) Scurvy
- (iv) Growth Spurt
- (v) Toned Milk

2. (a) How are the RDI for protein for infants expressed ? Give the RDI for infants who are six months old.

2+2

(b) Give the functions of proteins in our body.

6

(c) What are the consequences of deficiency of protein and energy in children ? Explain briefly.

10

3. (a) Describe the clinical features of Vitamin A deficiency. What measures would you adopt to prevent Vitamin A deficiency ? 6+6
- (b) Briefly describe the digestion, absorption of the following in our body : 4+4
- (i) Fats
- (ii) Carbohydrates
4. (a) Define balanced diet. Enumerate the steps you would follow while planning a balanced diet. 2+6
- (b) Discuss the role of the following factors in meal planning : 3+3+3+3
- (i) Economic consideration
- (ii) Food acceptance
- (iii) Nutritional requirement
- (iv) Food availability
5. (a) Explain how and why nutrient requirements change during pregnancy. Give the RDI for pregnant women in the third trimester of pregnancy. 8+2
- (b) What do you understand by complementary feeding ? Discuss the relevance of breast feeding. 3+7

6. (a) How does the food get spoiled ? Briefly explain the causes of food spoilage. 6
- (b) What is food contamination ? Differentiate between industrial and food contamination by microorganisms, giving appropriate examples. 2+8
- (c) List any four methods of processing foods you will use at home level. Give appropriate examples. 4
7. (a) Explain the concept of supplementation in the context of nutrition programmes, highlighting the energy and protein content of supplementary foods supplied to beneficiaries under the ICDS and mid-day meal programme. 4+4
- (b) What is growth monitoring ? Explain its significance in the context of nutritional status assessment. 5+7
8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5
- (a) Measures to enhance the nutritive value of foods
- (b) Deficiency symptoms of riboflavin deficiency
- (c) Dietary management of diarrhoea in children
- (d) Points you will keep in mind while selecting meat, fish, poultry
- (e) Prevention of anaemia

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2016

डी.एन.एच.ई.-1(S) : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (क) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 10

- (i) ऊर्जा प्रदान करने वाले आहार _____
और/अथवा वसा से समृद्ध होते हैं ।
- (ii) विटामिन और खनिजों के संरक्षात्मक एवं
_____ दोनों कार्य करते हैं ।
- (iii) ग्लूकोज़ _____ में परिवर्तित होकर यकृत
तथा पेशियों में संचित हो जाती है ।
- (iv) 50 ग्रा. कार्बोज़, 20 ग्रा. वसा और 30 ग्रा.
प्रोटीन _____ कि. कैलोरी प्रदान करते हैं ।
- (v) वसा, ग्लिसरॉल तथा _____ से बनते हैं ।

(vi) एक बच्चे की आयु के अनुसार ऊँचाई न होने को _____ कहते हैं ।

(vii) कुछ फफूँद आहार में हानिकारक टॉक्सिन उत्पन्न करते हैं जिन्हें _____ कहते हैं ।

(viii) मेटानिल येलो _____ में उपस्थित एक अपमिश्रक है ।

(ix) _____ हमारे शरीर में विटामिन A का अग्रगामी होता है ।

(x) _____ धूप विटामिन कहलाता है ।

(ख) निम्नलिखित प्रत्येक पद को 2-3 वाक्यों में स्पष्ट कीजिए : 10

(i) पोषणात्मक स्थिति

(ii) आधारभूत उपापचयी दर

(iii) स्क्वी

(iv) वृद्धि उत्क्षेप

(v) टोण्ड दूध

2. (क) शिशुओं के लिए प्रोटीन के आर.डी.आई. कैसे अभिव्यक्त किए जाते हैं ? छह महीने के शिशु के लिए आर.डी.आई. बताइए । 2+2

(ख) हमारे शरीर में प्रोटीन के कार्य बताइए । 6

(ग) बच्चों में प्रोटीन और ऊर्जा की कमी के परिणाम क्या हैं ? संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । 10

3. (क) विटामिन A की कमी के नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए । विटामिन A की कमी को रोकने के लिए आप कौन-से उपाय करेंगे ? 6+6
- (ख) हमारे शरीर में निम्नलिखित के पाचन, अवशोषण का संक्षेप में वर्णन कीजिए : 4+4
- (i) वसा
- (ii) कार्बोज
4. (क) संतुलित आहार को परिभाषित कीजिए । संतुलित आहार की योजना बनाते समय आप किन चरणों का अनुसरण करेंगे ? 2+6
- (ख) आहार योजना में निम्नलिखित कारकों की भूमिका की चर्चा कीजिए : 3+3+3+3
- (i) आर्थिक महत्त्व
- (ii) खाद्य स्वीकरण
- (iii) पोषणात्मक आवश्यकता
- (iv) खाद्य उपलब्धता
5. (क) गर्भावस्था के दौरान पोषक आवश्यकताओं में परिवर्तन कैसे और क्यों होता है ? समझाइए । गर्भावस्था की तीसरी तिमाही में गर्भवती महिलाओं के लिए आर.डी.आई. बताइए । 8+2
- (ख) पूरक आहार से आप क्या समझते हैं ? स्तन्यपान की प्रासंगिकता की चर्चा कीजिए । 3+7

6. (क) भोजन किस प्रकार खराब हो जाता है ? खाद्य विषाक्तता के कारणों को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए । 6
- (ख) खाद्य संदूषण क्या है ? उपयुक्त उदाहरण देते हुए सूक्ष्मजीवाणुओं द्वारा औद्योगिक और खाद्य संदूषण के बीच अंतर स्पष्ट कीजिए । 2+8
- (ग) घरेलू स्तर पर आपके द्वारा उपयोग की जाने वाली खाद्य प्रसंस्करण की किन्हीं चार विधियों की सूची बनाइए । उपयुक्त उदाहरण दीजिए । 4
7. (क) आई.सी.डी.एस. और मध्याह्न भोजन कार्यक्रम के अंतर्गत लाभार्थियों को दिए गए अनुपूरक खाद्यों में ऊर्जा और प्रोटीन स्तर को उजागर करते हुए पोषण कार्यक्रमों के संदर्भ में अनुपूरण की अवधारणा स्पष्ट कीजिए । 4+4
- (ख) वृद्धि मानीटरन क्या है ? पोषणात्मक स्तर आकलन के संदर्भ में इसके महत्त्व की व्याख्या कीजिए । 5+7
8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5
- (क) भोजन के पोषणीय मान की वृद्धि के उपाय
- (ख) राइबोफ्लेविन की कमी के लक्षण
- (ग) बच्चों में अतिसार की आहार-व्यवस्था
- (घ) मांस, मछली तथा मुर्गी का चयन करते समय आप किन बिन्दुओं को ध्यान में रखेंगे
- (ङ) एनीमिया की रोकथाम