

**DIPLOMA IN NUTRITION AND HEALTH
EDUCATION**

Term-End Examination

December, 2018

03542

DNHE-001 : 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/Explain the following : 5×2=10
- (i) Food
 - (ii) Hormone
 - (iii) Extra Cellular Fluid
 - (iv) Recommended Dietary Intakes (RDI's)
 - (v) Dietary Survey
- (b) Fill in the blanks : 5
- (i) A child who has severe wasting of muscle is suffering from _____ .
 - (ii) In pregnant women, the hemoglobin levels below _____ g/100 ml in blood is considered as anaemia.

(iii) The human body contains approximately _____ g of calcium.

(iv) Fluoride in inadequate amounts in the diet can cause _____ of teeth.

(v) Inadequacy of thiamine in the diet causes _____ .

(c) List five perishable and semi-perishable foods each. 5

2. Explain/Comment briefly on the following : 4×5=20

(a) Dimensions of health

(b) Functions of carbohydrates in the body

(c) Role of cholesterol in health and disease

(d) Sprouting and fermentation of whole grains improves the nutritional quality

3. (a) Define the terms nutrients, nutrition and nutritional status. 6

(b) Explain social, psychological and economic aspects of nutrition. 9

(c) What are non-available carbohydrates ?
Discuss the role they play in our body. 5

4. State the functions and list two food sources of the following : 4×5=20

- (a) Vitamin A
- (b) Vitamin C
- (c) Sodium
- (d) Iodine

5. Explain the following statements : 4×5=20

- (a) "Breast milk is the best and the only food for the infant for first 5 – 6 months after birth."
- (b) "Some amount of proteins, carbohydrates, fats, vitamins and minerals should be included in each meal."
- (c) "After the age of 10 years, boys absorb less iron as compared to girls."
- (d) "Fast foods cannot be balanced nutritionally and hence must be restricted from the diet of adolescents."

6. (a) List the criteria of selection of the following foods : 5×2=10

- (i) Roots and Tubers
- (ii) Pulses
- (iii) Eggs
- (iv) Ladies' fingers
- (v) Banana

(b) Explain the principles and methods of any two food preservation techniques. 5+5

7. (a) Enumerate the clinical features and treatment of the following : 5+5
- (i) PEM
 - (ii) Diabetes Mellitus
- (b) Describe the objectives and target group of the following programmes : 5+5
- (i) National Nutritional Anaemia Control Programme
 - (ii) ICDS Programme
8. Write short notes on any *four* of the following : 4×5=20
- (a) Lathyrism
 - (b) Pellagra
 - (c) Factors affecting food spoilage
 - (d) Factors influencing food budget
 - (e) Role of water in our body
-

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा
सत्रांत परीक्षा
दिसम्बर, 2018

डी.एन.एच.ई.-001 : 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) निम्नलिखित को परिभाषित/स्पष्ट कीजिए : 5×2=10
- (i) भोजन
 - (ii) हॉर्मोन
 - (iii) कोशिका बाह्य द्रव्य
 - (iv) पोषक-तत्त्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
(आर.डी.आई.)
 - (v) आहार सर्वेक्षण
- (ख) रिक्त स्थानों की पूर्ति कीजिए : 5
- (i) वह बच्चा जिसकी मांसपेशियाँ अत्यधिक कृश हो गई हैं वह _____ से पीड़ित है ।
 - (ii) गर्भवती महिलाओं के रक्त में हीमोग्लोबिन का _____ ग्रा./100 मिली से कम स्तर एनीमिया माना जाता है ।

(iii) मानव शरीर में लगभग _____ ग्रा. कैल्सियम होता है ।

(iv) आहार में फ्लुओराइड की अपर्याप्त मात्रा से दाँतों में _____ हो सकता है ।

(v) आहार में थायमीन की अपर्याप्तता से _____ हो जाता है ।

(ग) पाँच शीघ्र नष्ट होने वाले और पाँच थोड़ी देर से नष्ट होने वाले खाद्य-पदार्थों को सूचीबद्ध कीजिए ।

5

2. संक्षेप में निम्नलिखित की व्याख्या/टिप्पणी कीजिए : $4 \times 5 = 20$

(क) स्वास्थ्य के आयाम

(ख) शरीर में कार्बोज के कार्य

(ग) स्वास्थ्य और रोग में कोलेस्ट्रॉल की भूमिका

(घ) साबुत अनाजों को अंकुरित करने और खमीरीकरण (किण्वन) से उनकी पोषणात्मक गुणवत्ता बेहतर हो जाती है

3. (क) पोषक-तत्त्वों, पोषण और पोषणात्मक स्तर को परिभाषित कीजिए ।

6

(ख) पोषण के सामाजिक, मनोवैज्ञानिक और आर्थिक पहलुओं की व्याख्या कीजिए ।

9

(ग) अनुपलब्ध कार्बोज क्या हैं ? हमारे शरीर में इनकी भूमिका की चर्चा कीजिए ।

5

4. निम्नलिखित के कार्य बताइए और दो-दो खाद्य स्रोतों के नाम बताइए : 4×5=20

- (क) विटामिन ए
- (ख) विटामिन सी
- (ग) सोडियम
- (घ) आयोडीन

5. निम्नलिखित कथनों की व्याख्या कीजिए : 4×5=20

- (क) “जन्म के बाद प्रथम 5 – 6 माह तक के शिशु के लिए माँ का दूध सर्वोत्तम और एकमात्र आहार है।”
- (ख) “प्रत्येक आहार में प्रोटीन, कार्बोज़, वसा, विटामिनो और खनिज-लवणों की कुछ मात्रा शामिल की जानी चाहिए।”
- (ग) “10 वर्ष की आयु के बाद लड़कियों की तुलना में लड़कों में लौह-तत्त्व का अवशोषण कम होता है।”
- (घ) “फास्ट फूड पौष्टिक रूप से संतुलित नहीं किए जा सकते अतः किशोरों के भोजन में इन्हें शामिल नहीं किया जाना चाहिए।”

6. (क) निम्नलिखित खाद्य-पदार्थों के चयन के मानदंड सूचीबद्ध कीजिए : 5×2=10

- (i) जड़ें व मूलकंद
- (ii) दालें
- (iii) अंडे
- (iv) भिंडी
- (v) केला

(ख) किन्हीं दो खाद्य परिरक्षण तकनीकों के सिद्धांतों और विधियों की व्याख्या कीजिए। 5+5

7. (क) निम्नलिखित के नैदानिक लक्षणों और उपचार का वर्णन कीजिए : 5+5
- (i) पी.ई.एम.
(ii) मधुमेह
- (ख) निम्नलिखित कार्यक्रमों के उद्देश्यों और लक्ष्य समूह का वर्णन कीजिए : 5+5
- (i) राष्ट्रीय पोषणज एनीमिया नियंत्रण कार्यक्रम
(ii) आई.सी.डी.एस. कार्यक्रम

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 4×5=20
- (क) कलायखंज
(ख) पेलाग्रा
(ग) खाद्य-पदार्थों को खराब करने वाले कारक
(घ) भोजन के बजट को प्रभावित करने वाले कारक
(ङ) हमारे शरीर में जल की भूमिका
-