

04481

**DIPLOMA IN NUTRITION AND
HEALTH EDUCATION**

Term-End Examination

June, 2015

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) Catabolism
 - (ii) Xerophthalmia
 - (iii) Essential Amino Acids
 - (iv) Cholesterol
 - (v) Recommended Dietary Intake
 - (vi) Cretinism
 - (vii) Beri Beri
- (b) Fill in the blanks : 6
- (i) Energy giving foods are rich in carbohydrates and/or _____.
 - (ii) One gram of carbohydrate provides approximately _____ kcal.
 - (iii) _____ is the storage form of glucose in the body.
 - (iv) Amino acids in proteins are linked together by the _____ Linkage.
 - (v) _____ is also known as the 'sunshine vitamin'.
 - (vi) _____ is the main mineral present in the intracellular fluid.

2. Explain the following briefly : 5+5+5+5
- (a) Importance of vitamin C in the diet
 - (b) Factors affecting absorption of calcium
 - (c) Consequences of maternal malnutrition
 - (d) Significance of growth monitoring of children
3. (a) Describe the physiological, social and psychological functions of food. 9
- (b) Is fibre a nutrient ? What role does it play in our body ? 6
- (c) Briefly describe the digestion of fat in our body. 5
4. (a) Enumerate the steps in planning balanced diets. 8
- (b) Describe the clinical features of dental and skeletal fluorosis. 7
- (c) What can be done to prevent Lathyrism ? 5
5. Explain briefly the following statements : 5+5+5+5
- (a) Protein quality of plant proteins can be improved.
 - (b) Vitamin A plays an important role in maintaining normal vision.
 - (c) Sprouting improves the nutritive value of whole grains and pulses.
 - (d) Colostrum is important for the newborn baby.

6. (a) What dietary considerations would you keep in mind while planning meals for your grandparents ? 5
- (b) What kind of complementary foods can be given to infants ? 8
- (c) List the precautions to be taken while storing perishable foods at home. 7
7. (a) List the points to keep in mind while planning diets for an adolescent. 5
- (b) Discuss the factors affecting food spoilage. 7
- (c) Describe the dietary modifications you would suggest to a person with diabetes. 8
8. Write short notes on **any four** of the following :
- (a) Amylase Rich Food (ARF) 5+5+5+5=20
- (b) Mid Day Meal Programme
- (c) Selection of Milk and Milk products
- (d) Food Labels
- (e) Food Adulteration
-

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

सत्रांत परीक्षा

जून, 2015

डी.एन.एच.ई.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (a) निम्नलिखित को परिभाषित कीजिए : 2x7=14
- (i) अपचय
 - (ii) जीरोथैलमिया
 - (iii) अनिवार्य अमिनो अम्ल
 - (iv) कोलेस्ट्रॉल
 - (v) पोषक तत्वों की प्रस्तावित दैनिक मात्रा
 - (vi) क्रेटिनता
 - (vii) बेरी-बेरी
- (b) रिक्त स्थान भरिए : 6
- (i) ऊर्जा प्रदान करने वाले खाद्य पदार्थों में कार्बोज और/या _____ प्रचुर मात्रा में होते हैं।
 - (ii) एक ग्राम कार्बोज लगभग _____ कि.कॅ. प्रदान करता है।
 - (iii) _____ शरीर में ग्लूकोज का भंडारित रूप है।
 - (iv) प्रोटीन में एमिनो अम्ल एक दूसरे के साथ _____ बंध से जुड़े होते हैं।

(v) _____ 'सनशाइन विटामिन' भी कहलाता है।

(vi) _____ अंतः कोशिकी द्रव्य में पाया जाने वाला मुख्य खनिज लवण है।

2. निम्नलिखित को संक्षेप में स्पष्ट कीजिए : 5+5+5+5

- (a) आहार में विटामिन सी का महत्व
- (b) कैल्सियम के अवशोषण को प्रभावित करने वाले कारक
- (c) मातृक कुपोषण के परिणाम
- (d) बच्चों की वृद्धि की निगरानी (वृद्धि अनुवीक्षण) का महत्व

3. (a) भोजन के शारीरिक, सामाजिक और मनोवैज्ञानिक कार्यों का वर्णन कीजिए। 9

(b) क्या रेशा पोषक तत्व है? हमारे शरीर में इसकी क्या भूमिका होती है? 6

(c) हमारे शरीर में वसा के पाचन का संक्षेप में वर्णन कीजिए। 5

4. (a) संतुलित आहार की योजना बनाने में सम्मिलित चरणों का वर्णन कीजिए। 8

(b) दंत और कंकाली फ्लुओरोसिस के नैदानिक लक्षणों का वर्णन कीजिए। 7

(c) कलायखंज की रोकथाम के लिए क्या किया जा सकता है? 5

5. निम्नलिखित कथनों का संक्षेप में वर्णन कीजिए : 5+5+5+5

- (a) पादप प्रोटीन की प्रोटीन की गुणवत्ता को बेहतर बनाया जा सकता है।
- (b) विटामिन ए सामान्य दृष्टि को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है।
- (c) अंकुरण से साबुत अनाज और दालों का पोषक मान बेहतर हो जाता है।
- (d) नवदुग्ध नवजात के लिए महत्वपूर्ण है।

6. (a) अपने दादा/दादी, नाना/नानी के लिए आहार की योजना बनाते समय आप आहार संबंधी किन बातों को ध्यान में रखेंगे? 5

(b) शिशुओं को किस प्रकार के पूरक खाद्य पदार्थ/आहार दिए जा सकते हैं? 8

(c) खराब होने वाले खाद्य-पदार्थों का घर पर संग्रहण करते समय बरती जाने वाली सावधानियों को सूचीबद्ध कीजिए। 7

7. (a) किशोर के लिए आहार की योजना बनाते समय ध्यान रखने योग्य बातों को सूचीबद्ध कीजिए। 5

(b) खाद्य पदार्थों के खराब होने को प्रभावित करने वाले कारकों की चर्चा कीजिए। 7

(c) मधुमेह से ग्रस्त व्यक्ति के आहार में परिवर्तन करने संबंधी जो सुझाव आप देंगे उनका वर्णन कीजिए। 8

8. निम्नलिखित में से किन्हीं चार पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए :

- (a) एमाइलेज रिच फूड (ARF) 5+5+5+5=20
- (b) मध्याह्न पोषण कार्यक्रम (MDM)
- (c) दूध और दूध से बने पदार्थों का चयन
- (d) खाद्य लेबल
- (e) खाद्य पदार्थों में मिलावट
-