

**DIPLOMA IN NUTRITION AND
HEALTH EDUCATION**

Term-End Examination

June, 2012

02793

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 : 10
- (i) Nutritional status
 - (ii) Metabolism
 - (iii) Thyroxine
 - (iv) Amylase - Rich - Food (ARF)
 - (v) Toned milk
- (b) What are Oral Rehydration Mixture ? How will you make it at home ? Give the composition. 4
- (c) Give one example for each of the following : 6
- (i) Risk factors in pregnancy
 - (ii) Symptoms of riboflavin deficiency
 - (iii) Symptoms of vitamin - C deficiency
 - (iv) Mineral found in extracellular fluid
 - (v) Potassium - rich foods
 - (vi) Iron - rich foods

2. Explain the following briefly : 5+5+5+5
- (a) Factors that influence calcium absorption.
 - (b) Absorption of iron from animal foods is high and absorption from plant foods is very low.
 - (c) Balanced diets are individual specific, region specific and income specific.
 - (d) Digestion of carbohydrates in our body.
3. (a) What measures can we adopt to improve the protein quality of plant foods ? 5
- (b) What are carotenoids ? List the rich sources of beta carotene. 5
- (c) Enlist the functions of the following nutrients. 2+4+4
- Vitamin D
 - Iron
 - Vitamins of the B-Complex group.
4. (a) Which nutrients are of particular importance for the following individuals ? Give suitable justifications. 4+4+4
- Preschool child
 - Adolescent
 - Elderly
- (b) What are the specific considerations you would keep in mind while planning meals/ diet for a pregnant woman ? 8

5. (a) Xerophthalmia is caused due to the deficiency of which nutrient in our diet ? Give the manifestations and the measures you will adopt to prevent xerophthalmia. 1+4+5
- (b) List the principles for treatment / management of diabetes mellitus. What modifications in nutritional needs would you recommend for an individual suffering from diabetes ? 3+7
6. (a) Enumerate the causes of food spoilage. 6
- (b) Discuss the common techniques we can use for preservation of food. Give suitable examples. 10
- (c) List the points you would keep in mind while buying the following : 2+2
- Eggs
 - Leafy vegetables
7. (a) Present the objectives, target groups and components of the following programmes : 6+6
- ICDS
 - Mid - day Meal
- (b) Explain how measurement of height, weight and Mid Upper Arm Circumference (MUAC) help to assess nutritional status of children. 8

8. Write short notes on *any four* of the following :
- (a) Factors affecting food budget. 5+5+5+5
 - (b) Measures to be adopted to prevent PEM in a village community.
 - (c) Impact of maternal nutritional status on the nutritional status of children.
 - (d) Estimating energy requirements of adults
 - (e) Functions of food.
-

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

सत्रांत परीक्षा

जून, 2012

डी.एन.एच.ई.-1 : समुदाय के लिए पोषण

समय : 3 घण्टे

अधिकतम अंक : 100

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

1. (a) निम्नलिखित को परिभाषित करें : 10
- (i) पोषणात्मक स्तर
 - (ii) चयापचय
 - (iii) थाइराक्सिन
 - (iv) एमाइलेस रिच फुड
 - (v) टोन्ड दूध
- (b) जीवन रक्षक घोल क्या है ? घर पर आप इसे कैसे बनाएंगे ? 4
इसे बनाने में उपयोग लाए गए सामग्री को बतावें।
- (c) निम्नलिखित प्रत्येक का एक उदाहरण प्रस्तुत करें : 6
- (i) गर्भावस्था में खतरे वाले कारक
 - (ii) राइबोफ्लेविन की कमी के लक्षण
 - (iii) विटामिन 'सी' की कमी के लक्षण

- (iv) बाह्य कौशिकी द्रव्य में पाए जाने वाले खनिज लवण
- (v) पोटेशियम के अच्छे खाद्य स्रोत
- (vi) लौह तत्व के अच्छे खाद्य स्रोत

2. निम्नलिखित का संक्षेप वर्णन करें : 5+5+5+5

- (a) कैल्सियम अवशोषण को प्रभावित करने वाले कारक।
- (b) पशुजन्य खाद्य पदार्थों से लौह तत्व का अवशोषण अधिक होता है तथा वानस्पतिक खाद्य पदार्थों से बहुत कम।
- (c) संतुलित आहार व्यक्ति विशेष, क्षेत्र विशेष तथा आय विशेष पर निर्भर होता है।
- (d) हमारे शरीर में कार्बोज का पाचन।

3. (a) वनस्पति से प्राप्त खाद्य पदार्थों में प्रोटीन की गुणवत्ता को बढ़ाने के लिए हम क्या उपाय कर सकते हैं? 5

(b) कैरोटिनाइड क्या है? बीटा कैरोटीन के प्रचुर स्रोत को सूचीबद्ध करें। 5

(c) निम्नलिखित पोषक तत्वों के कार्यों को सूचीबद्ध करें : 2+4+4

- विटामिन डी
- लौह तत्व
- बी समूह के विटामिन

4. (a) निम्नलिखित बच्चों/व्यक्तियों के लिए खास महत्व के पोषक तत्व कौन-कौन हैं? उपयुक्त प्रामाणिकता दें। 4+4+4
- शालापूर्व बच्चे
- किशोरावस्था (किशोर/किशोरी)
- वयोवृद्ध व्यक्ति
- (b) गर्भवती महिला के लिए आहार आयोजन करते समय आप किन विशेष बातों को ध्यान में रखेंगे? 8
5. (a) हमारे आहार में किस पोषक तत्व की कमी से जीरोप्थेलमिया होता है? जीरोप्थेलमिया (शुष्काक्षिपाक) की रोकथाम के लिए आप किन उपायों तथा आविर्भावों को अपनाएंगे; लिखें। 1+4+5
- (b) मधुमेह के उपचार/प्रबन्धन के सिद्धान्तों को सूचीबद्ध करें। मधुमेह से पीड़ित व्यक्ति के लिए आप पोषक तत्वों की आवश्यकताओं में बदलाव सम्बन्धित क्या सलाह देंगे? 3+7
6. (a) खाद्य पदार्थों के खराब होने के कारणों को लिखें। 6
- (b) भोजन परिरक्षण के सामान्य तरीके का, जिसे हम उपयोग कर सकते हैं, की विवेचना करें। उपयुक्त उदाहरण दें। 10
- (c) निम्नलिखित को खरीदते समय आप किन बातों का ध्यान रखेंगे? उन्हें सूचीबद्ध करें: 2+2
- अंडे
- पत्तेदार सब्जियों

7. (a) निम्नलिखित कार्यक्रम के उद्देश्य, लक्ष्य समूह तथा घटकों को लिखें : 6+6

-- आई.सी.डी.एस.

-- मध्याह्न पोषण कार्यक्रम

(b) बच्चों के पोषण स्तर के मूल्यांकन में लम्बाई, वजन तथा ऊपरी बांह के मध्य भाग की परिधि की माप किस प्रकार सहायता करते हैं? इसका वर्णन करें। 8

8. निम्नलिखित *किन्हीं चार* पर संक्षिप्त टिप्पणी करें : 5+5+5+5

(a) खाद्य बजट को प्रभावित करने वाले कारक।

(b) ग्रामीण समुदाय में प्रोटीन ऊर्जा कुपोषण (PEM) की रोकथाम के लिए किए जाने वाले उपाय।

(c) बच्चों के पोषणात्मक स्तर पर माता के पोषण स्तर का असर।

(d) वयस्कों की ऊर्जा की आवश्यकताओं का आंकलन।

(e) भोजन के कार्य।