No. of Printed Pages : 11 **DNHE–1**

DIPLOMA IN NUTRITION AND HEALTH EDUCATION (DNHE)

Term-End Examination

December, 2024

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 or explain the following in 2-3 lines each : 5×2=10

(i) Balanced diet

(ii) Semi-perishable foods

(iii) Marasmus

(iv) Ariboflavinosis

(v) Dental fluorosis

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

(b) Give a one-word answer for the following : 10

(i) Name of an essential fatty acid

(ii) Bitot's spots are caused due to deficiency of this nutrient

(iii) The 'sunshine' vitamin

(iv) The intrinsic factor is needed for absorption of which nutrient

(v) Eating this vitamin along with iron rich foods improves the absorption of iron

(vi) Number of units of β carotene which make one unit of retinol in the body

(vii) Cut-off for hemoglobin level to diagnose anemia in pregnant women

(viii) Nutritional disorder due to deficiency of niacin

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

(ix) Number of infant deaths for every 1000 live births is ....

(x) National programme of supplementary nutrition for school children is called ....

2. (a) Describe the different factors which affect the spoilage of food. 10

(b) How would you prevent nutrient losses in food preparation ? 6

(c) List few sources of animal and plant proteins in your diet and indicate their protein quality. 4

3. (a) Explain how processing can increase the nutritional value of cereals and pulses. 7

(b) Describe the objectives and strategy of the national programme for prevention of nutritional blindness due to Vitamin A deficiency. 7

(c) Describe the steps involved in growth monitoring of children. 6

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

4. (a) Describe the functions of available and non-available carbohydrates. 10

(b) What are the points you will keep in mind while selecting different cereals and pulses ? 5+5

5. Explain the various factors to be considered while planning meals for the following : 10+10

(a) Pregnant woman

(b) Adolescent

6. Discuss the dietary management for the following : 10+10

(a) A person who is obese

(b) A person suffering from hypertension

7. Explain briefly the following : 5+5+5+5

(a) Role of sodium and potassium in the body

(b) Factors influencing food budgeting

(c) Steps in planning a nutrition education programme

(d) Interrelationship between nutrition and health

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

8. Write short notes on any *four* of the following : 5+5+5+5

(a) Physiological functions of food

(b) Components of the ICDS programme

(c) Importance of breast milk

(d) Chemical contaminants in food

(e) Causes of anemia

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

DNHE–1

पोषण और स्वास्थ्य शिक्षा में डिप्लोमा

(डी. एन. एच. ई.)

सत्रांत परीक्षा

दिसम्बर, 2024

डी.एन.एच.ई.-1 : समुदाय और 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 2–3 वाक्यों में परिभाषित या वर्णित कीजिए : 2×5=10

(i) सन्तुलित आहार

(ii) थोड़ी देर से नष्ट होने वाले खाद्य पदार्थ

(iii) मरास्मस

(iv) राइबोफ्लेविनहीनता

(v) दंत फ्लुओरोसिस

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

(ख) निम्नलिखित के लिए एक शब्द का उत्तर दीजिए : 10

(i) एक आवश्यक वसा अम्ल का नाम

(ii) बिटोट बिन्दु इस पोषक तत्व की कमी के कारण होता है

(iii) सनशाइन विटामिन

(iv) किस पोषक तत्व के अवशोषण के लिए आन्तर कारक की आवश्यकता होती है ?

(v) लौह तत्वयुक्त खाद्य पदार्थों के साथ इस विटामिन को खाने से लौह तत्व के अवशोषण में सुधार होता है।

(vi) बीटा कैरोटीन की कितनी इकाई, रेटिनॉल की एक इकाई बनाती है।

(vii) गर्भवती महिलाओं में एनीमिया का निदान करने के लिए हीमोग्लोबिन स्तर का मानक

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

(viii) नियासिन की कमी से होने वाली पोषण सम्बन्धी विसंगति

(ix) प्रति 1000 जीवित जन्मे बच्चों में से शिशुओं की होने वाली मृत्यु .... कहलाती है।

(x) स्कूल जाने वाले बच्चों के लिए पूरक आहार प्रदान करने वाला राष्ट्रीय कार्यक्रम .... कहलाता है।

2. (क) खाद्य पदार्थों के खराब होने को प्रभावित करने वाले कारकों का वर्णन कीजिए। 10

(ख) भोजन पकाते समय पोषक तत्वों के अपव्यय को कम करने के लिए क्या उपाय अपनाएँगे ? 6

(ग) अपने आहार में पशुओं तथा वनस्पति से प्राप्त प्रोटीन के कुछ स्रोतों को सूचीबद्ध कीजिए तथा इनकी प्रोटीन गुणवत्ता को इंगित कीजिए। 4

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

3. (क) व्याख्या कीजिए कि किस प्रकार अनाज तथा दालों का संसाधन उनके पोषक स्तर को बढ़ा देता है। 7

(ख) विटामिन 'ए' की कमी के कारण होने वाली पोषण अंधता की रोकथाम के लिए राष्ट्रीय पोषण अंधता निवारण कार्यक्रम के उद्देश्य तथा रणनीति का वर्णन कीजिए। 7

(ग) बच्चों की वृद्धि के अनुवीक्षण में प्रयुक्त चरणों का वर्णन कीजिए। 6

4. (क) उपलब्ध तथा अनुपलब्ध कार्बोज के कार्यों का वर्णन कीजिए। 10

(ख) अनाज तथा दालों को खरीदते समय आप किन बिन्दुओं का ध्यान रखेंगे ? 10

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

5. निम्नलिखित के लिए आहार नियोजन करते समय आप किन कारकों का ध्यान रखेंगे ? व्याख्या कीजिए : 10+10

(क) गर्भवती महिला

(ख) किशोरावस्था

6. निम्नलिखित के लिए आहार प्रबंधन का वर्णन कीजिए : 10+10

(क) मोटापे से ग्रस्त व्यक्ति

(ख) उच्च रक्तचाप से ग्रस्त व्यक्ति

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

(क) शरीर में सोडियम तथा पोटैशियम की भूमिका

(ख) खाद्य बजट को प्रभावित करने वाले कारक

(ग) पोषण शिक्षा कार्यक्रम की योजना बनाने के चरण

(घ) पोषण और स्वास्थ्य के बीच अंत:सम्बन्ध

Downloaded from www.IGNOUBABA.com

8. निम्नलिखित में से किन्हीं **चार** पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ लिखिए : 5+5+5+5

(क) भोजन के शरीरक्रियात्मक कार्य

(ख) आई. सी. डी. एस. कार्यक्रम के घटक

(ग) माँ के दूध का महत्त्व

(घ) भोजन में रासायनिक संदूषक

(ङ) एनीमिया के कारण

× × × × × × ×

Downloaded from www.IGNOUBABA.com