

This question paper contains 4+2 printed pages]

Your Roll No.

7580

B.A. (Prog.)/I

D-I

NUTRITION AND HEALTH EDUCATION

Paper I—Elements of Food Nutrition and Health

(Admissions of 2004 and onwards)

Time : 2 Hours

Maximum Marks : 50

(Write your Roll No. on the top immediately on receipt of this question paper.)

Note :— Answers may be written *either* in English *or* in Hindi; but the same medium should be used throughout the paper.

टिप्पणी :— इस प्रश्न-पत्र का उत्तर अंग्रेजी या हिन्दी किसी एक भाषा में दीजिए; लेकिन सभी उत्तरों का माध्यम एक ही होना चाहिए।

Attempt *three* questions in all.

Question No. 1 is compulsory.

कुल तीन प्रश्नों के उत्तर दीजिए।

प्रश्न संख्या 1 अनिवार्य है।

P.T.O.

1. (a) Explain briefly any *five* of the following : $5 \times 3 = 15$

(i) Pure water

(ii) Complete Protein

(iii) Importance of iron

(iv) Functions of water

(v) Nutritional Status

(vi) Essential fatty acids

(vii) Colostrum.

(b) State True or False : $5 \times 1 = 5$

(i) One gram of fat provides 4 kcal.

(ii) Scurvy is caused due to deficiency of vitamin C.

(iii) Carrot is good source of protein.

(iv) Energy requirements are increased during fever.

(v) Iron is required for haemoglobin synthesis.

(अ) किन्हीं पाँच का संक्षेप में वर्णन कीजिए :

- (i) शुद्ध जल
- (ii) सम्पूर्ण प्रोटीन
- (iii) लौह-तत्व का महत्व
- (iv) जल के कार्य
- (v) पोषण स्तर
- (vi) अनिवार्य वसा अम्ल
- (vii) कोलोस्ट्रम

(ब) सही या गलत लिखिये :

- (i) एक ग्राम वसा 4 किलो-कैलोरी प्रदान करता है।
- (ii) विटामिन 'सी' की कमी के कारण स्कर्वी नामक रोग हो जाता है।
- (iii) गाजर प्रोटीन का अच्छा साधन है।

(iv) बुखार में ऊर्जा की आवश्यकता बढ़ जाती है।

(v) हीमोग्लोबिन के निर्माण के लिए लौह-तत्व की आवश्यकता होती है।

2. Discuss the nutritional needs of school going children. What factors would you keep in mind while planning a diet for them ? 15

स्कूलगामी बच्चों की पोषण सम्बन्धी आवश्यकताओं के विषय में लिखिये। उनके लिए आहार आयोजन करते समय आप किन बातों का ध्यान रखोगे ?

3. (a) Write the factors affecting BMR. 7

(b) Discuss various food groups. 8

(अ) आधारीय चयापचय दर को प्रभावित करने वाले कारकों के विषय में लिखिये।

(ब) विभिन्न खाद्य वर्गों का वर्णन कीजिए।

4. (a) Discuss various methods of household purification of water. 8
- (b) Explain the methods of conserving nutrients during food preparation. 7
- (अ) घरेलू स्तर पर जल की शुद्धिकरण की विधियों के विषय में लिखिए।
- (ब) भोजन की तैयारी करते समय पोषक तत्वों के संरक्षण का विवरण दीजिए।
5. Write short notes on any *three* : 3×5=15
- (i) Effect of heat on various nutrients
- (ii) Functions of carbohydrates
- (iii) Protein quality
- (iv) Importance of vitamin A
- (v) Dietary fibre.

किन्हीं तीन पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए :

- (i) विभिन्न पोषक तत्वों पर ताप का प्रभाव
- (ii) कार्बोज के कार्य
- (iii) प्रोटीन की गुणवत्ता
- (iv) विटामिन 'ए' का महत्व
- (v) आहारिय फोक