Series &RQPS

SET-4

प्रश्न-पत्र कोड
Q.P. Code **358**

रोल नं.
Roll No. | | | | | | | | |

परीक्षार्थी प्रश्न-पत्र कोड को उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर अवश्य लिखें।
Candidates must write the Q.P. Code on the title page of the answer-book.

- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में मुद्रित पृष्ठ **15** हैं।
- कृपया जाँच कर लें कि इस प्रश्न-पत्र में **24** प्रश्न हैं।
- प्रश्न-पत्र में दाहिने हाथ की ओर दिए गए प्रश्न-पत्र कोड को परीक्षार्थी उत्तर-पुस्तिका के मुख-पृष्ठ पर लिखें।
- **कृपया प्रश्न का उत्तर लिखना शुरू करने से पहले, उत्तर-पुस्तिका में प्रश्न का क्रमांक अवश्य लिखें।**
- इस प्रश्न-पत्र को पढ़ने के लिए 15 मिनट का समय दिया गया है। प्रश्न-पत्र का वितरण पूर्वाह्न में 10.15 बजे किया जाएगा। 10.15 बजे से 10.30 बजे तक परीक्षार्थी केवल प्रश्न-पत्र को पढ़ेंगे और इस अवधि के दौरान वे उत्तर-पुस्तिका पर कोई उत्तर नहीं लिखेंगे।

- Please check that this question paper contains **15** printed pages.
- Please check that this question paper contains **24** questions.
- Q.P. Code given on the right hand side of the question paper should be written on the title page of the answer-book by the candidate.
- **Please write down the serial number of the question in the answer-book before attempting it.**
- 15 minute time has been allotted to read this question paper. The question paper will be distributed at 10.15 a.m. From 10.15 a.m. to 10.30 a.m., the candidates will read the question paper only and will not write any answer on the answer-book during this period.

खाद्य पोषण और आहार विज्ञान
FOOD NUTRITION AND DIETETICS

निर्धारित समय : 3 घण्टे
*Time allowed : **3** hours*

*अधिकतम अंक : **60***
*Maximum Marks : **60***

सामान्य निर्देश :

(i) *कृपया निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें ।*

(ii) *इस प्रश्न-पत्र के* **दो** *खंडों : खंड-***क** *और खंड-***ख** *में* ***24*** *प्रश्न हैं ।*

(iii) *खंड-***क** *में वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न हैं, खंड-***ख** *में विषयपरक प्रकार के प्रश्न हैं ।*

(iv) *दिए गए* ***(6 + 18 =) 24*** *प्रश्नों में से, उम्मीदवार को* ***3*** *घंटे के आवंटित (अधिकतम) समय में* ***(6 + 11 =) 17*** *प्रश्नों के उत्तर देने हैं ।*

(v) *किसी विशेष खंड के सभी प्रश्नों को सही क्रम में करने का प्रयास किया जाना चाहिए ।*

(vi) *खंड-***क** *: वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न (***30** *अंक)*

(क) *इस खंड में* ***06*** *प्रश्न हैं ।*

(ख) *कोई नकारात्मक अंकन नहीं है ।*

(ग) *दिए गए निर्देशों के अनुसार करें ।*

(घ) *प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आवंटित अंकों का उल्लेख किया गया है ।*

(vii) *खंड-***ख** *: विषयपरक प्रकार के प्रश्न (***30** *अंक)*

(क) *इस खंड में* ***18*** *प्रश्न हैं ।*

(ख) *उम्मीदवार को* ***11*** *प्रश्न करने हैं ।*

(ग) *दिए गए निर्देशों के अनुसार करें ।*

(घ) *प्रत्येक प्रश्न/भाग के सामने आवंटित अंकों का उल्लेख किया गया है ।*

General Instructions :

(i) *Please read the instructions carefully.*

(ii) *This Question Paper consists of* ***24*** *questions in* **two** *Sections : Section –* ***A*** *& Section –* ***B****.*

(iii) *Section –* **A** *has Objective type questions, whereas Section –* **B** *contains Subjective type questions.*

(iv) *Out of the given* ***(6 + 18 =) 24*** *questions, a candidate has to answer* ***(6 + 11 =) 17*** *questions in the allotted (maximum) time of* ***3*** *hours.*

(v) *All questions of a particular section must be attempted in the correct order.*

(vi) *Section –* ***A*** *: Objective Type Questions (****30*** *marks)*

  (a) *This section has 06 questions.*

  (b) *There is no negative marking.*

  (c) *Do as per the instructions given.*

  (d) *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

(vii) *Section –* ***B*** *: Subjective Type Questions (****30*** *marks)*

  (a) *This section contains* ***18*** *questions.*

  (b) *A candidate has to do* ***11*** *questions.*

  (c) *Do as per the instructions given.*

  (d) *Marks allotted are mentioned against each question/part.*

खंड – क

(वस्तुनिष्ठ प्रकार के प्रश्न)

1. रोज़गार कौशल पर दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **4** प्रश्नों के उत्तर लिखिए। **4 × 1 = 4**

(i) वाक्यों के समूह से क्या बनता है ? **1**

(ii) व्यक्तित्व शब्द को परिभाषित करें। **1**

(iii) स्प्रेडशीट को सुरक्षित करने (सेव) के चरणों को लिखें। **1**

(iv) पहली पीढ़ी के उद्यमी किन्हें कहा जाता है ? **1**

(v) कृषि क्षेत्र से जुड़े हरित रोज़गार के दो उदाहरण दीजिए। **1**

(vi) प्रस्तुतीकरण में छवियों को सम्मिलित करने के लिए आप क्या करेंगे ? **1**

2. दिए गए **7** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर लिखिए। **5 × 1 = 5**

(i) जो रोगी ठोस भोजन निगलने में असमर्थ है, उसके लिए भोजन का उपयुक्त तरीका सुझाएँ। **1**

(ii) बी एम आई (BMI) का उपयोग करके एक भारतीय पुरुष की पोषण स्थिति का आंकलन करें जिसका वजन 75 किलोग्राम और लम्बाई 180 से.मी. है। **1**

(iii) दस्त और निर्जलीकरण के बीच क्या संबंध है ? **1**

(iv) एक स्वस्थ व्यक्ति का रक्तचाप कितना होना चाहिए ? **1**

(v) राहुल बुखार से पीड़ित हैं, इसे ध्यान में रखते हुए उसके आहार में दो बदलाव कीजिए। **1**

(vi) रसोई में स्वच्छता बनाए रखने के किन्हीं दो तरीकों की सूची बनाएँ। **1**

(vii) बरसात के मौसम में भोजन जनित बीमारियाँ आम क्यों हैं ? **1**

Section – A

(Objective Type Questions)

1. Answer any **4** out of the given **6** questions on Employability Skills. **4 × 1 = 4**

   (i) A group of sentences form ________. **1**

   (ii) Define the term Personality. **1**

   (iii) Write steps of saving the Spreadsheet. **1**

   (iv) Who are the first generation entrepreneurs ? **1**

   (v) Give two examples of green jobs in the agriculture sector. **1**

   (vi) What will you do to insert images in a presentation ? **1**

2. Answer any **5** out of the given **7** questions. **5 × 1 = 5**

   (i) Suggest a suitable mode of feeding for a patient who is unable to swallow solid food. **1**

   (ii) Assess the nutritional status of an Indian male using BMI, who weighs 75 kg and height 180 centimeters. **1**

   (iii) What is the relation between diarrhoea and dehydration ? **1**

   (iv) How much should be the blood pressure of a healthy person ? **1**

   (v) Rahul is suffering from fever. Keeping this in mind, suggest two changes in his diet. **1**

   (vi) List out any two ways to maintain hygiene in kitchen. **1**

   (vii) Why food borne diseases are common during rainy season ? **1**

3. दिए गए **7** प्रश्नों में से किन्हीं **6** प्रश्नों के उत्तर लिखिए । **6 × 1 = 6**

निम्नलिखित कथन सही है अथवा गलत, स्पष्ट कीजिए । यदि एक कथन गलत है, कृपया उस कथन का सही कथन लिखिए :

(i) पोचिंग विधि का उपयोग आमतौर पर फलों और सब्जियों के लिए किया जाता है । **1**

(ii) मोटापा – बी.एम.आई. (BMI) 25 से अधिक या इसके बराबर होता है । **1**

(iii) एफ.एस.एस.ए.आई. (FSSAI) अधिनियम, वर्ष 2006 में स्थापित किया गया था । **1**

(iv) डॉट्स (DOTS) एड्स नियंत्रण के लिए अंतर्राष्ट्रीय अनुशंसित रणनीति है । **1**

(v) टाइफॉइड का प्रेरक एजेंट साल्मोनेला टाइफी है । **1**

(vi) गर्भकालीन मधुमेह स्तनपान अवधि के दौरान विकसित होता है । **1**

(vii) एच.ए.सी.सी.पी. (HACCP) कीट दमन के लिए एक पारिस्थितिक उपागम है । **1**

4. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर दीजिए । **5 × 1 = 5**

(i) प्रेशर कुकिंग के दो लाभ सूचीबद्ध करें । **1**

(ii) ब्लैंड डाइट क्या है ? **1**

(iii) परिभाषित करें : **1**

(a) बुखार

(b) पेचिश

(iv) 'पेय जल' से आप क्या समझते हैं ? **1**

(v) गंभीर उच्च रक्तचाप में कितना सोडियम प्रतिबंधित किया जाता है ? **1**

(vi) ग्लिसमिक सूचकांक से क्या तात्पर्य है ? **1**

3. Answer any **6** out of the given **7** questions. **6 × 1 = 6**

State whether the following statements are True or False. In case a statement is false, write the correct statement.

(i) Poaching is generally used for fruits and vegetables. **1**

(ii) Obesity – a BMI greater than or equal to 25. **1**

(iii) FSSAI Act was established in the year 2006. **1**

(iv) DOTS is the internationally recommended strategy for AIDS control. **1**

(v) Salmonella typhi is the causative agent for typhoid. **1**

(vi) Gestational diabetes develops during lactation period. **1**

(vii) HACCP is an ecological approach to pest suppression. **1**

4. Answer any **5** out of the given **6** questions. **5 × 1 = 5**

(i) List two benefits of pressure cooking. **1**

(ii) What is a bland diet ? **1**

(iii) Define the terms : **1**

(a) Fever

(b) Dysentery

(iv) What do you understand by the term 'Potable Water' ? **1**

(v) How much sodium restriction is recommended in severe hypertension ? **1**

(vi) What is meant by Glycemic Index ? **1**

5. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर लिखिए । **$5 \times 1 = 5$**

निम्नलिखित प्रश्नों में दो कथन हैं । निश्चयात्मक कथन (Assertion) (A) एवं कारण (Reason) (R).

इन प्रश्नों का उत्तर, नीचे दिए गए सही विकल्पों का चयन करते हुए दीजिए :

(a) (A) व (R) दोनों सही हैं और (R) → (A) का सही स्पष्टीकरण है ।

(b) (A) व (R) दोनों सही हैं तथा (R) → (A) का सही स्पष्टीकरण नहीं है ।

(c) (A) सही है, व (R) गलत है ।

(d) (A) गलत है, व (R) सही है ।

(i) **(A)** : आहार चिकित्सा बीमारी से उबरने के लिए एक उपकरण के रूप में उचित भोजन का उपयोग है । **1**

(R) : अधिकांश बीमारियों में रोगी का आहार, चिकित्सा या शल्य चिकित्सा में उपचार का पूरक होता है ।

(ii) **(A)** : खान-पान सम्बन्धी गलत आदतें किशोरों में आम हैं । **1**

(R) : वे अपनी शारीरिक बनावट को लेकर बहुत सचेत रहते हैं ।

(iii) **(A)** : मोटापा और हृदय रोग अत्यधिक ऊर्जा सेवन और कम शारीरिक गतिविधि का परिणाम है । **1**

(R) : गतिहीन जीवनशैली और उच्च ऊर्जा घनत्व वाले खाद्य पदार्थों की उपलब्धता स्थाई बीमारियों को जन्म देती है ।

(iv) **(A)** : उच्च रक्तचाप कोरोनरी हृदय रोग (CHD) के लिए एक जोखिम कारक है । **1**

(R) : उच्च रक्तचाप के कारण कोलेस्ट्रॉल का स्तर बढ़ जाता है ।

(v) **(A)** : रसोई को साफ रखना हमारे शरीर जितना ही महत्वपूर्ण है । **1**

(R) : खाद्य संचालकों के लिए स्वच्छता मानकों का पालन करना बहुत महत्वपूर्ण है ।

(vi) **(A)** : हैज़ा छोटी आंत के तीव्र संक्रमण को कहा जाता है । **1**

(R) : यह विब्रियों कोलेरा के कारण होता है

5. Answer any **5** out of the given **6** questions. **5 × 1 = 5**

The following questions consist of two Statements – Assertion (A) and Reason (R).

Answer these questions selecting appropriate option given below :

(a) Both (A) and (R) are true and (R) is the correct explanation of (A).

(b) Both (A) and (R) are true and (R) is not correct explanation of (A).

(c) (A) is true, but (R) is false.

(d) (A) is false, but (R) is true.

(i) **(A)** : Diet therapy is use of appropriate food as a tool in the recovery from illness. **1**

(R) : In most illness, the patient's diet complements the medical or surgical treatment.

(ii) **(A)** : Eating disorders are common among adolescents. **1**

(R) : They are very much conscious about their physical appearance.

(iii) **(A)** : Obesity and heart disease is a result of excessive energy intake and reduced physical activity. **1**

(R) : Sedentary life style and availability of high energy density foods leads to chronic diseases.

(iv) **(A)** : Hypertension is a risk factor for Coronary Heart Disease (CHD). **1**

(R) : High blood pressure leads to raised cholesterol levels.

(v) **(A)** : Keeping kitchen clean is as important as our body. **1**

(R) : It is very important for food handlers to follow the high standard of food hygiene.

(vi) **(A)** : Cholera is referred to an acute infection of the small intestine. **1**

(R) : It is caused by Vibrio cholerae.

6. दिए गए **6** प्रश्नों में से किन्हीं **5** प्रश्नों के उत्तर लिखिए। **5 × 1 = 5**

बहुविकल्पीय प्रश्न (MCQ's) :

(i) मधुमेह का निदान करने के लिए किस परीक्षण का उपयोग किया जाता है ? **1**

(a) ई.सी.जी. (ECG) (b) एच.बी.ए.वन.सी. (HbA1c)

(c) सी.टी. स्कैन (d) बोन डेन्सीटी टेस्ट

(ii) एफ.एस.एस.ए.आई. (FSSAI) का मतलब है **1**

(a) भारतीय खाद्य मानक एवं सुरक्षा प्राधिकरण

(b) खाद्य सुरक्षा से पूरा भारत संतुष्ट

(c) भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण

(d) भारतीय खाद्य भंडारण मानक प्राधिकरण

(iii) सोडियम प्रतिबंधित आहार किस रोग के लिए निर्धारित है ? **1**

(a) मधुमेह (b) तपेदिक

(c) पीलिया (d) उच्च रक्तचाप

(iv) खाना बनाने की किस विधि के लिए ओवन की आवश्यकता होती है ? **1**

(a) बेकिंग (b) ब्लानचिंग

(c) पोचिंग (d) स्टीमिंग

(v) अक्सर ये बैक्टीरिया कच्चे माँस, अंडे और मुर्गे में मौजूद होते हैं **1**

(a) स्टेफिलोकोकस (b) सालमोनेला

(c) विब्रियो कोलेरा (d) क्लोस्ट्रीडियम

(vi) भोजन को ब्लांच करने का प्राथमिक कारण क्या है ? **1**

(a) भोजन को साफ करना।

(b) कीट संक्रमण को रोकना।

(c) भोजन में एंजाइमों को निष्क्रिय करना व रंग को बरकरार रखना।

(d) भोजन को सूखने से रोकना।

6. Answer any **5** out of the given **6** questions. **5 × 1 = 5**

Multiple Choice Questions (MCQ's) :

(i) Which test is used to diagnose diabetes ? **1**

(a) ECG (b) HbA1c

(c) CT Scan (d) Bone Density Test

(ii) FSSAI stands for **1**

(a) Food Standard and Safety Authority of India

(b) Food Safety Satisfy All India

(c) Food Safety and Standard Authority of India

(d) Food Storage Standard Authority of India

(iii) Sodium restricted diet is prescribed for which disease ? **1**

(a) Diabetes (b) Tuberculosis

(c) Jaundice (d) Hypertension

(iv) An oven is required for ________ cooking method. **1**

(a) Baking (b) Blanching

(c) Poaching (d) Steaming

(v) The bacteria often present in raw meat, eggs and poultry. **1**

(a) Staphylococcus (b) Salmonella

(c) Vibrio cholerae (d) Clostridium

(vi) What is the primary reason for blanching food ? **1**

(a) Clean the food

(b) Prevent pest infestation

(c) Inactivates enzymes in food and retain the colour.

(d) Prevent food from drying.

खंड – ख

(विषयपरक प्रकार के प्रश्न)

रोज़गार कौशल पर दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** प्रश्नों के उत्तर लिखिए । $3 \times 2 = 6$

प्रत्येक प्रश्न का उत्तर **20** से **30** शब्दों में दीजिए ।

7. सक्रिय रूप से सुनने में आने वाली कोई चार बाधाएँ लिखिए । **2**

8. उन तरीकों को लिखें, जो जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण बनाए रखने में मदद करती हैं । **2**

9. डिजिटल प्रेजेंटेशन के फ़ायदे लिखिए । **2**

10. एक सफल उद्यमी के कोई चार गुण सूचीबद्ध करें । **2**

11. हरित रोज़गार के महत्त्व पर चर्चा करें । **2**

दिए गए **5** प्रश्नों में से किन्हीं **3** प्रश्नों के उत्तर **20** से **30** शब्दों में लिखिए । $3 \times 2 = 6$

12. सामान्य आहार को प्राथमिक चिकित्सीय आहार के आधार के रूप में क्यों उपयोग किया जाता है ? **2**

13. ओरल रिहाइड्रेशन थेरेपी पर एक संक्षिप्त नोट लिखें । **2**

14. मोटापे को रोकने के लिए आप कौन से व्यावहारिक संशोधन सुझाएँगे ? **2**

15. उच्च रक्तचाप के जोखिम कारकों को सूचीबद्ध करें । (कोई चार) **2**

16. मधुमेह की गंभीर जटिलताओं पर लिखें । (कोई दो) **2**

Section – B

(Subjective Type Questions)

Answer any **3** out of the given **5** questions on Employability skills. $3 \times 2 = 6$

Answer each question in **20** to **30** words.

7. Write any four barriers to active listening. **2**

8. Write the techniques that help to maintain positive outlook for life. **2**

9. Enumerate the advantages of digital presentation. **2**

10. Enlist any four qualities of a successful entrepreneur. **2**

11. Discuss the importance of Green Jobs. **2**

Answer any **3** out of the given **5** questions in **20** to **30** words each. $3 \times 2 = 6$

12. Why is the normal diet used as a basis for planning therapeutic diets ? **2**

13. Write a brief note on Oral Rehydration Therapy. **2**

14. What behavioural modifications would you suggest to prevent obesity ? **2**

15. Enlist the risk factors for hypertension (any four). **2**

16. Write on the acute complications of diabetes (any four). **2**

दिए गए 3 प्रश्नों में से किन्हीं 2 प्रश्नों के उत्तर 30 से 50 शब्दों में लिखिए। $2 \times 3 = 6$

17. फ़्लोचार्ट की सहायता से पोषण और संक्रमण के बीच संबंध स्पष्ट करें। 3

18. क्षयरोग के कारण, रोकथाम और आहार प्रबंधन पर संक्षेप में चर्चा करें। 3

19. गोविंद को दो सप्ताह से दस्त है और उन्हें तरल आहार लेने की सलाह दी गई है, उनके लिए कोई दो उपयुक्त व्यंजन सुझाए। इससे पीड़ित रोगी को किस प्रकार का भोजन नहीं लेना चाहिए ? ये भी बताएँ। 3

दिए गए 5 प्रश्नों में से किन्हीं 3 प्रश्नों के उत्तर 50 से 80 शब्दों में लिखिए। $3 \times 4 = 12$

20. खाना पकाने की विभिन्न विधियों को वर्गीकृत करें। किन्हीं तीन विधियों को विस्तार से समझाइए। 4

21. शरीर में रक्त शर्करा को नियंत्रित करने वाले शारीरिक तंत्र पर चर्चा करें। ये मधुमेह में कैसे प्रभावित होता है ? 4

22. भोजन सम्बन्धी गलत आदतें क्या हैं ? इसके दो प्रकारों की व्याख्या करें और इन गलत आदतों को प्रबंधित करने के तरीके भी बताएँ। 4

23. उच्च रक्तचाप के कारण में आहार संबंधी कारकों की भूमिका की व्याख्या करें और इसे नियंत्रित करने के लिए आहार में कौन से परिवर्तन लाभकारी हैं ? 4

24. खाद्य खतरें क्या हैं ? विभिन्न प्रकार के खाद्य खतरों को उनके उदाहरणों के साथ समझाइए। 4

Answer any **2** out of the given **3** questions in **30** to **50** words each. **2 × 3 = 6**

17. Explain the relationship between nutrition and infection with the help of a flow chart. **3**

18. Briefly discuss the causes, prevention and dietary management of tuberculosis. **3**

19. Govind has diarrhoea for two weeks and has been advised to have liquid diet. Suggest any two suitable dishes for him along with the type of food should be avoided by the patient suffering from diarrhoea. **3**

Answer any **3** out of the given **5** questions in **50** to **80** words each. **3 × 4 = 12**

20. Classify different methods of cooking. Explain any 3 methods in detail. **4**

21. Discuss the physiological mechanisms that regulate blood glucose in the body. How are these disturbed in diabetes ? **4**

22. What are eating disorders ? Explain any two types of eating disorders. Also enumerate the ways to manage these eating disorders. **4**

23. Explain the role of dietary factors in the cause of hypertension. What dietary changes are beneficial to control it ? **4**

24. What are food hazards ? Explain different types of food hazards with their example. **4**