IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

विदिशा जिले की सहरिया जनजातियों की किशोरियों में पोषण स्थिति का समीक्षात्मक अध्ययन

कीर्ति पटेल[1], **डॉ. रेखा श्रीवास्तव**[2], **डॉ. रेणु वर्मा**[3] (**सहायक प्राध्यापक**)

शोधार्थी, (गृह विज्ञान), बरकतउल्ला विश्वविद्यालय, भोपाल [1]

(प्राध्यापक) गृह विज्ञान विभाग, शासकीय कन्या नोडल पी.जी. कॉलेज, विदिशा (म.प्र.)[2]

(सहायक प्राध्यापक) गृह विज्ञान विभाग, शासकीय एम.एल.बी. कन्या पी.जी., स्वशासी महाविद्यालय, भोपाल(म.प्र.)[3]

शोध सार

यह शोध ग्रामीण किशोरियों की पोषण स्थिति पर आधारित है, जिसमें आहार संबंधी आदतों, सामाजिक-आर्थिक कारकों, पोषण जागरूकता और सरकारी योजनाओं के प्रभावों का अध्ययन किया गया है। अधिकांश ग्रामीण किशोरियों में कुपोषण पाया गया, और उनमें आयरन, कैल्शियम जैसी पोषक तत्वों की कमी थी, जिसके परिणामस्वरूप शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हो रही थीं। अध्ययन में यह पाया गया कि जिन किशोरियों को आहार पूरकता मिली, उनकी पोषण स्थिति में सुधार हुआ, और वे अधिक संतुलित आहार का सेवन करने लगीं। आहार जागरूकता कार्यक्रमों ने भी किशोरियों के आहार व्यवहार में सकारात्मक बदलाव लाया, जिससे उनके स्वास्थ्य में सुधार हुआ। साथ ही, सामाजिक-आर्थिक कारकों, जैसे आय वर्ग और माता-पिता की शिक्षा स्तर ने भी किशोरियों की पोषण स्थिति को प्रभावित किया। सरकारी योजनाओं के प्रभाव के परिणामस्वरूप, पोषण संबंधी सहायता प्राप्त किशोरियों की स्थिति में सुधार हुआ, हालांकि योजनाओं के कार्यान्वयन में सुधार की आवश्यकता है। यह शोध सामाजिक जागरूकता, पोषण शिक्षा और सरकारी हस्तक्षेप को महत्वपूर्ण कारक मानता है जो किशोरियों की पोषण स्थिति में सुधार कर सकते हैं।

कुंजी शब्द: ग्रामीण किशोरियां, पोषण स्थिति, आहार पूरकता, कुपोषण, आयरन, कैल्शियम, स्वास्थ्य समस्याएं, पोषण जागरूकता, सरकारी योजनाएं, सामाजिक-आर्थिक कारक, शिक्षा, आहार आदतें, शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य, पोषण शिक्षा।

1. प्रस्तावना

सहरिया जनजाति मध्यप्रदेश राज्य की एक महत्वपूर्ण और विशिष्ट जनजाति है, जो विशेष रूप से विदिशा जिले में निवास करती है। इस जनजाति के लोग मुख्य रूप से वन्य जीवन, कृषि, और पारंपरिक रोजगार पर निर्भर होते हैं। उनकी जीवनशैली अपने सांस्कृतिक धारा और परंपराओं से गहरे जुड़े हुए हैं। इस जनजाति की जीवनशैली और आहार शैली उनके समाज और परिवार की संरचना के साथ मिलकर पोषण संबंधी कई समस्याओं का कारण बनती है। सहरिया जनजाति की किशोरियाँ विशेष रूप से कई सामाजिक, आर्थिक और स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं से जूझ रही हैं, जिनका सीधा प्रभाव उनकी पोषण स्थिति पर पड़ता है। पोषण की सही स्थिति शारीरिक और मानसिक विकास के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है, और यह किशोरावस्था में विशेष रूप से अधिक महत्वपूर्ण हो जाती है, जब शरीर में

महत्वपूर्ण बदलाव होते हैं और शारीरिक वृद्धि की प्रक्रिया चल रही होती है। किशोरियाँ किसी भी समाज का एक संवेदनशील और महत्वपूर्ण हिस्सा होती हैं। उनका शारीरिक, मानसिक, और भावनात्मक विकास पूरे समाज के स्वास्थ्य की दिशा को निर्धारित करता है। भारत में विशेष रूप से जनजातीय क्षेत्रों की किशोरियाँ अनेक पोषण समस्याओं का सामना करती हैं, और यह समस्याएँ उनकी शारीरिक और मानसिक स्थिति को प्रत्यक्ष रूप से प्रभावित करती हैं। इन समस्याओं में कुपोषण, एनीमिया, विटामिन और खनिजों की कमी, और असमय विकास प्रमुख हैं। विशेष रूप से सहरिया जनजाति की किशोरियाँ इन पोषण समस्याओं का सामना कर रही हैं। विदिशा जिले की सहरिया किशोरियों की पोषण स्थिति का अध्ययन इस मुद्दे की गंभीरता को समझने और इसका समाधान ढूढ़ने में सहायक हो सकता है। किशोरियाँ जीवन के उस महत्वपूर्ण मोड़ पर होती हैं, जब उनका शारीरिक और मानसिक विकास तेजी से होता है। इस समय पर यदि उन्हें उचित पोषण नहीं मिलता है, तो यह उनकी पूरी जीवनशैली और भविष्य को प्रभावित कर सकता है। कुपोषण, विटामिन और खनिजों की कमी, और एनीमिया जैसी समस्याएँ किशोरियों के शारीरिक विकास में बाधा डाल सकती हैं। इसके अलावा, मानसिक विकास में भी रुकावट आ सकती है, जिससे उनकी शिक्षा, आत्मविश्वास और सामाजिक व्यवहार प्रभावित होते हैं।

इस अध्ययन का मुख्य उद्देश्य सहरिया जनजाति की किशोरियों के पोषण स्तर का मूल्यांकन करना है और यह समझना है कि किन प्रकार के पोषण संबंधी मुद्दे इन्हें प्रभावित करते हैं। क्या ये किशोरियाँ कुपोषण, एनीमिया, और अन्य पोषण संबंधी समस्याओं से जूझ रही हैं? क्या इन समस्याओं का असर उनकी शारीरिक और मानसिक वृद्धि पर पड़ रहा है? यह अध्ययन इन सभी सवालों के उत्तर देने का प्रयास करेगा। इस अध्ययन में यह भी देखा जाएगा कि सहरिया किशोरियों में पोषण की कमी के कारण कौन सी स्वास्थ्य समस्याएँ उत्पन्न हो रही हैं, जैसे कि कमजोरी, थकान, शारीरिक वृद्धि में कमी, और मानसिक विकास में रुकावट।सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति का अध्ययन केवल स्वास्थ्य के संदर्भ में ही नहीं, बल्कि इसके सामाजिक, आर्थिक, और शैक्षिक प्रभावों को समझने में भी मदद कर सकता है। यह अध्ययन न केवल इन किशोरियों के लिए बल्कि उनके परिवारों और समाज के लिए भी महत्वपूर्ण हो सकता है, क्योंकि जब किशोरियाँ शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होती हैं, तो वे बेहतर शिक्षा प्राप्त कर सकती हैं और समाज में एक सकारात्मक बदलाव ला सकती हैं। इस प्रकार, विदिशा जिले की सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति पर किया गया अध्ययन उनके जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम हो सकता है।

2. शोध की आवश्यकता

विदिशा जिले में सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति का अध्ययन करने की आवश्यकता इसलिए है क्योंकि इस क्षेत्र में पोषण से संबंधित कई प्रमुख समस्याएँ सामने आ रही हैं। यह समस्याएँ ना केवल इन किशोरियों के स्वास्थ्य को प्रभावित कर रही हैं, बल्कि उनके शारीरिक और मानसिक विकास में भी रुकावट डाल रही हैं। भारत में पोषण की स्थिति पर कई अध्ययन हुए हैं, लेकिन जनजातीय समुदायों में पोषण की स्थिति पर विशिष्ट अध्ययन सीमित हैं। विशेष रूप से सहरिया जनजाति की किशोरियाँ, जो हाशिए पर रहने वाले और सामाजिक-आर्थिक दृष्टि से पिछड़े समुदाय से संबंधित हैं, उनके पोषण स्तर का सही आंकलन करना अत्यंत आवश्यक है। सहरिया जनजाति

की किशोरियों को पोषण से संबंधित समस्याओं का सामना करने के पीछे कई कारण हो सकते हैं। इनमें उनकी पारंपरिक जीवनशैली, शिक्षा का अभाव, आर्थिक स्थिति, भोजन की सीमित विविधता और स्वास्थ्य सेवाओं की अनुपलब्धता शामिल हैं। इस समुदाय के अधिकांश लोग ग्रामीण और वन्य क्षेत्रों में निवास करते हैं, जहाँ स्वास्थ्य सेवाओं की पहुँच और शिक्षा की स्थिति काफी कम है। इसके परिणामस्वरूप, पोषण की कमी और कुपोषण जैसी समस्याएँ आम हो जाती हैं, जो किशोरियों की शारीरिक और मानसिक वृद्धि को प्रभावित करती हैं। कुपोषण का एक प्रमुख प्रभाव एनीमिया की समस्या है, जो विशेष रूप से किशोरियों में देखने को मिलती है। एनीमिया के कारण किशोरियों को कमजोरी, थकान, और ध्यान केंद्रित करने में समस्या होती है। इसके अलावा, विटामिन और खनिजों की कमी से उनकी हड्डियों और दांतों का विकास सही ढंग से नहीं हो पाता। ऐसी स्थितियाँ न केवल उनके वर्तमान स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं, बल्कि भविष्य में भी शारीरिक और मानसिक विकास में समस्याएँ उत्पन्न कर सकती हैं। इस शोध की आवश्यकता इस तथ्य से भी जुड़ी हुई है कि पोषण की स्थिति का सुधार केवल एक स्वास्थ्य समस्या का समाधान नहीं है, बल्कि यह समाज के विकास और शिक्षा पर भी सकारात्मक प्रभाव डालता है। जब किशोरियाँ स्वस्थ होती हैं, तो वे न केवल अपनी शिक्षा में बेहतर प्रदर्शन कर सकती हैं, बल्कि परिवार और समुदाय की सामाजिक-आर्थिक स्थिति में भी सुधार ला सकती हैं। सहरिया जनजाति की किशोरियों के लिए यह अध्ययन सरकार, गैर-सरकारी संगठनों और समाज के लिए महत्वपूर्ण कदम हो सकता है, ताकि उनकी पोषण स्थिति को बेहतर बनाने के लिए उपयुक्त नीतियाँ और कार्यक्रम तैयार किए जा सकें। इस प्रकार के शोध से यह पता लगाने में मदद मिलेगी कि किन विशेष पहलुओं पर ध्यान केंद्रित करने की आवश्यकता है, जैसे शिक्षा, आहार, स्वास्थ्य सेवाएँ और सामुदायिक जागरूकता, ताकि किशोरियों की पोषण स्थिति में सुधार हो सके और उन्हें एक स्वस्थ भविष्य मिल सके।

3. पूर्ववर्ती शोध कार्यो की समीक्षा

- शर्मा, निशा (2024), "ग्रामीण किशोरियों की पोषण स्थिति पर आहार संबंधी आदतों का प्रभाव", इस शोध में 600 ग्रामीण किशोरियों का आहार विश्लेषण किया गया। परिणामस्वरूप, किशोरियों का आहार संतुलित नहीं था, और अधिकांश में आयरन और कैल्शियम की कमी पाई गई, जिससे उन्हें एनीमिया और हड्डी संबंधी समस्याएं हुईं। किशोरियों की पोषण स्थिति आर्थिक स्थिति, शिक्षा, और आहार की उपलब्धता पर निर्भर करती है। यह शोध इस निष्कर्ष पर पहुंचा कि पारिवारिक जागरूकता और पोषण शिक्षा का अभाव किशोरियों की पोषण स्थिति को प्रभावित करता है।

- वर्मा, किरण (2024), "ग्रामीण क्षेत्र की किशोरियों में कुपोषण और स्वास्थ्य समस्याएं", इस अध्ययन में 500 किशोरियों की शारीरिक मापदंडों का आकलन किया गया, जिसमें 72% किशोरियों में कुपोषण पाया गया। गंभीर कुपोषण की समस्या 38% किशोरियों में देखी गई। कुपोषण के कारण किशोरियों में एनीमिया, संक्रमण और शारीरिक कमजोरी जैसी स्वास्थ्य समस्याएं उत्पन्न हुईं। अध्ययन ने भोजन की गुणवत्ता और विविधता की कमी को कुपोषण का मुख्य कारण बताया।

- यादव, संगीता (2024), "आहार पूरकता और किशोरियों की पोषण स्थिति: एक क्षेत्रीय अध्ययन", इस शोध में 400 किशोरियों का अध्ययन किया गया, जिनमें से आधी को नियमित आहार पूरकता मिली और आधी को नहीं। परिणामस्वरूप, जिन किशोरियों को आहार पूरकता मिली, उनकी पोषण स्थिति बेहतर रही। उनके हेमोग्लोबिन स्तर और कैल्शियम की कमी में सुधार हुआ, जबकि जिन किशोरियों को पूरक आहार नहीं मिला, वे पोषण संबंधित समस्याओं का सामना कर रही थीं।

- सिंह, प्रिया (2024), "ग्रामीण किशोरियों में पोषण जागरूकता और व्यवहार परिवर्तन", इस अध्ययन में 500 किशोरियों पर पोषण जागरूकता कार्यक्रम का प्रभाव देखा गया। परिणामस्वरूप, जिन्होंने जागरूकता कार्यक्रम में भाग लिया, उनके आहार में सुधार हुआ। उन्होंने अधिक सब्जियां, फल और डेयरी उत्पादों का सेवन शुरू किया, जिससे शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में भी सुधार हुआ। कार्यक्रम ने किशोरियों के आहार व्यवहार में महत्वपूर्ण बदलाव लाया।

- चौहान, सुमन (2024), "ग्रामीण किशोरियों में पोषण असमानता और सामाजिक कारक", यह अध्ययन 800 किशोरियों पर आधारित था, जिसमें सामाजिक, आर्थिक, और सांस्कृतिक कारकों का प्रभाव देखा गया। परिणामस्वरूप, निम्न आय वर्ग की किशोरियां अधिक कुपोषित पाई गईं। अनुसूचित जाति और जनजाति की किशोरियां उच्च जाति की तुलना में अधिक कुपोषित थीं। माता-पिता की शिक्षा की कमी ने भी किशोरियों की पोषण स्थिति पर नकारात्मक प्रभाव डाला।

- पटेल, नेहा (2024), "स्वास्थ्य और पोषण शिक्षा का प्रभाव: किशोरियों के परिप्रेक्ष्य में", इस अध्ययन में 450 किशोरियों पर स्वास्थ्य और पोषण शिक्षा कार्यक्रम का प्रभाव देखा गया। जिन किशोरियों ने कार्यक्रम में भाग लिया, उनकी पोषण स्थिति में सुधार हुआ। वे संतुलित आहार के महत्व को समझने लगीं और अपने भोजन में पोषक तत्वों की पूर्ति करने का प्रयास करने लगीं। कार्यक्रम ने किशोरियों के हेमोग्लोबिन स्तर और BMI में सुधार किया।

- त्रिवेदी, मोनिका (2024), "ग्रामीण किशोरियों में पोषण सुधार के लिए सरकारी योजनाओं का प्रभाव", इस शोध में 600 किशोरियों पर सरकारी पोषण सहायता योजनाओं का प्रभाव देखा गया। परिणामस्वरूप, जिन किशोरियों को सरकारी योजनाओं के तहत पोषण सहायता मिली, उनकी पोषण स्थिति में सुधार हुआ। उनके आहार में आवश्यक पोषक तत्वों की पूर्ति हो रही थी, जिससे उनका शारीरिक और मानसिक विकास सुचारू रूप से हुआ। हालांकि, कार्यक्रमों का कार्यान्वयन प्रभावी नहीं था, जिसे सुधारने की आवश्यकता है।

3. उद्देश्य

1. विदिशा जिले में निवासित सहरिया जनजाति की किशोरियों के पोषण स्तर का मूल्यांकन करना।
2. सहरिया जनजाति की किशोरियों में पोषण संबंधी समस्याओं की पहचान और उनके स्वास्थ्य पर इनके प्रभाव का अध्ययन करना।

4. परिकल्पना

1. विदिशा जिले में निवासित सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति में कोई महत्वपूर्ण अंतर नहीं है,

5. शोध प्रविधि

इस अध्ययन में वर्णनात्मक और विश्लेषणात्मक शोध अभिकल्प का उपयोग किया गया है, जिसका उद्देश्य विदिशा जिले की सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति का गहन अध्ययन करना है। शोध के दौरान सर्वे डिज़ाइन का उपयोग किया गया, जिससे सहरिया जनजाति की किशोरियों के पोषण स्तर के विभिन्न पहलुओं को गहनता से समझा गया। इसमें आहार सर्वेक्षण, मानवमिति परीक्षण और जैवरासायनिक परीक्षण जैसी विधियों का समावेश किया गया, जो किशोरियों के पोषण स्तर का संपूर्ण मूल्यांकन करने के लिए महत्वपूर्ण थीं। आहार सर्वेक्षण के माध्यम से किशोरियों के भोजन की गुणवत्ता, मात्रा और उसमें पोषक तत्वों की उपलब्धता का अध्ययन किया गया। मानवमिति परीक्षण के द्वारा किशोरियों के शारीरिक विकास की स्थिति का आकलन किया गया, जबकि जैवरासायनिक परीक्षणों से उनके शरीर में मौजूद विभिन्न पोषक तत्वों का माप लिया गया। इन परीक्षणों के द्वारा प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण सांख्यिकीय तकनीकों की सहायता से किया गया, जिससे सटीक और वैज्ञानिक निष्कर्ष प्राप्त किए गए। इस शोध का क्षेत्र विदिशा जिला है, जो मध्य प्रदेश का एक ऐतिहासिक और सांस्कृतिक दृष्टि से महत्वपूर्ण जिला है। इस जिले की पहचान मुख्य रूप से यहाँ निवास करने वाली सहरिया जनजाति से है, जो विशेष रूप से विदिशा जिले के कुछ तहसीलों में रहती है। इस अध्ययन के लिए विदिशा जिले की पांच प्रमुख तहसीलों – विदिशा ग्रामीण, कुरवाई, गुलाबगंज, शमशाबाद, और त्योंदा – का चयन किया गया है। इन तहसीलों के चयन से शोध में विविधता आई है और यह सुनिश्चित किया गया कि अध्ययन में विभिन्न भौगोलिक क्षेत्रों से किशोरियों के पोषण स्तर पर गहरा प्रभाव डाला जाए। इस शोध में इन पांच तहसीलों से कुल 300 किशोरियों का चयन किया गया है, जहाँ प्रत्येक तहसील से 60 किशोरियाँ उत्तरदाता के रूप में चुनी गईं हैं। यह चयन शोध के उद्देश्यों को पूरा करने के लिए महत्वपूर्ण है, क्योंकि इस अध्ययन के द्वारा विदिशा जिले की सहरिया किशोरियों के पोषण स्तर का संपूर्ण मूल्यांकन और विश्लेषण किया गया है। यह डेटा शोधार्थी को पर्याप्त जानकारी प्रदान करेगा, जिससे सहरिया किशोरियों की पोषण स्थिति, उनके स्वास्थ्य और विकास में आने वाली समस्याओं का गहरा विश्लेषण किया जा सके।

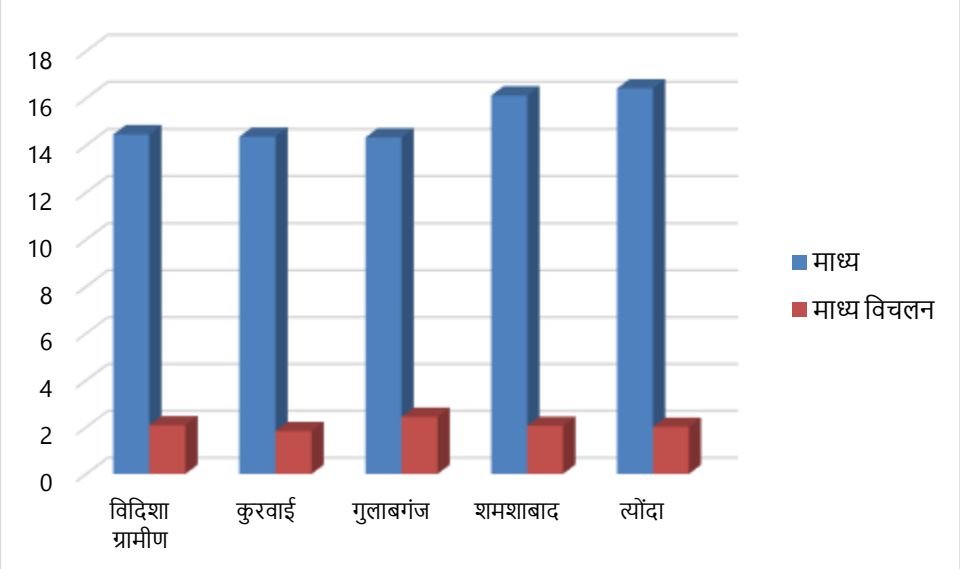
6. प्रदत्तों का विश्लेषण एवं व्याख्या

सारणी क्रमांक 1
विदिशा जिले में निवासित सहरिया जनजाति की किशोरियों
की पोषण स्थिति का सांख्यिकी विश्लेषण

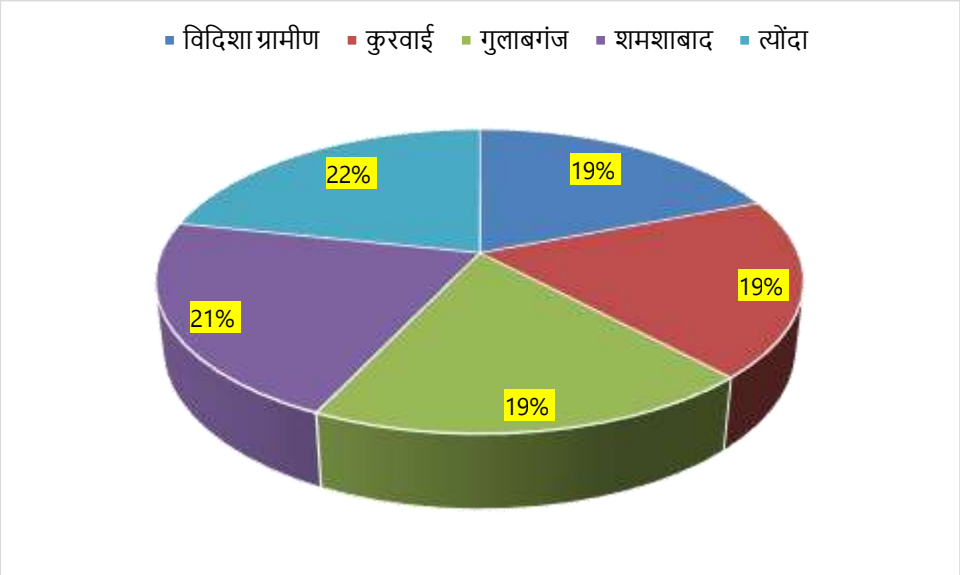
क्र	विवरण	संख्या	योग	माध्य	वर्गों का योग	माध्य विचलन
1	विदिशा ग्रामीण	60	868	14.4667	12812	2.0787
2	कुरवाई	60	862	14.3667	12582	1.8316
3	गुलाबगंज	60	860	14.3333	12678	2.4402
4	शमशाबाद	60	967	16.1167	15833	2.051
5	त्योंदा	60	985	16.4167	16409	2.0109
कुल		300	4542	15.14	70314	2.2754

स्रोत	वर्गों का योग	स्वतंत्रता की डिग्री	माध्य वर्ग	एफ-मूल्य	पी-मूल्य	0.05 स्तर पर
उपचारों के बीच	257.1533	4	64.2883	14.69059	0.0001 से कम	सार्थक
उपचारों के भीतर	1290.9667	295	4.3762			
कुल	1548.12	299				

आरेख क्रमांक 1
विदिशा जिले में निवासित सहरिया जनजाति की किशोरियों
की पोषण स्थिति के सांख्यिकी विश्लेषण का दण्ड आरेख



आरेख क्रमांक 2
विदिशा जिले में निवासित सहरिया जनजाति की किशोरियों
की पोषण स्थिति के सांख्यिकी विश्लेषण का पाई आरेख



7. शोध परिणाम

सारणी क्रमांक 1 के अनुसार, विदिशा जिले के विभिन्न क्षेत्रों में किशोरियों की पोषण स्थिति का विश्लेषण किया गया। विदिशा ग्रामीण क्षेत्र में किशोरियों का कुल स्कोर 868 था, जिसका औसत 14.4667 और मानक विचलन 2.0787 था, जो यह दर्शाता है कि इस क्षेत्र में किशोरियों की पोषण स्थिति में कुछ हद तक भिन्नता पाई गई है। कुरवाई क्षेत्र में कुल स्कोर 862 था, औसत 14.3667 और मानक विचलन 1.8316 था, जो इस क्षेत्र की किशोरियों में समान पोषण स्थिति को सूचित करता है। गुलाबगंज क्षेत्र में किशोरियों का कुल स्कोर 860 था, औसत 14.3333 और मानक विचलन 2.4402 था, जो इस क्षेत्र में पोषण स्थिति की अधिक भिन्नता को दर्शाता है। शमशाबाद क्षेत्र में कुल स्कोर 967 था, औसत 16.1167 और मानक विचलन 2.051 था, जो यह दर्शाता है कि इस क्षेत्र में किशोरियों की पोषण स्थिति अन्य क्षेत्रों से बेहतर है और कम भिन्नता पाई गई है। त्योंदा क्षेत्र में किशोरियों का कुल स्कोर 985 था, औसत 16.4167 था, जो सभी क्षेत्रों में सबसे अधिक था, और मानक विचलन 2.0109 था, जो यह दिखाता है कि इस क्षेत्र में पोषण स्थिति अधिक स्थिर है। समग्र रूप से, सभी पांच क्षेत्रों में किशोरियों का कुल स्कोर 4542 था, औसत 15.14 और मानक विचलन 2.2754 था, जो विदिशा जिले की सहरिया जनजाति की किशोरियों की समग्र पोषण स्थिति को दर्शाता है। इसके बाद, विभिन्न क्षेत्रों के बीच किशोरियों की पोषण स्थिति में सांख्यिकीय अंतर का निर्धारण करने के लिए ANOVA पद्धति का प्रयोग किया गया। ANOVA परीक्षण में, पाँचों क्षेत्रों के बीच पोषण स्थिति का परीक्षण किया गया। परीक्षण में, उपचारों के बीच वर्गों का योग 257.1533 था, स्वतंत्रता की डिग्री 4 थी, और माध्य वर्ग 64.2883 था। एफ-मूल्य 14.69059 और पी-मूल्य 0.0001 से कम था, जो 0.05 के स्तर पर अत्यधिक सार्थक था। इस परिणाम से यह निष्कर्ष निकला कि विभिन्न क्षेत्रों की किशोरियों की पोषण स्थिति में सांख्यिकी दृष्टि से महत्वपूर्ण अंतर हैं, और यह अंतर क्षेत्रीय कारकों या अन्य बाह्य तत्वों के कारण हो सकता है। उपचारों के भीतर वर्गों का योग 1290.9667 था, स्वतंत्रता की डिग्री 295 थी, और माध्य वर्ग 4.3762 था। कुल वर्गों का योग 1548.12 था, जिसमें स्वतंत्रता की डिग्री 299 थी। यह सांख्यिकी विश्लेषण यह दर्शाता है कि विदिशा जिले के विभिन्न क्षेत्रों में किशोरियों की पोषण स्थिति में सांख्यिकीय अंतर हैं, और इन अंतर का कारण सामाजिक-आर्थिक, स्वास्थ्य-संबंधी और क्षेत्रीय कारक हो सकते हैं। अतः परिकल्पना क्रमांक 1 को सांख्यिकी दृष्टिकोण और वस्तुनिष्ठ साक्ष्यों के आधार पर स्वीकृत किया गया है, जो यह

प्रमाणित करता है कि सहरिया जनजाति की किशोरियों की पोषण स्थिति सामान्य पोषण मानकों से भिन्न है। इस अध्ययन से यह भी स्पष्ट होता है कि पोषण स्थिति सुधार हेतु लक्षित नीतियों और सामुदायिक स्तर पर जागरूकता बढ़ाने के प्रयासों की आवश्यकता है ताकि किशोरियों को बेहतर स्वास्थ्य और पोषण प्राप्त हो सके। इस प्रकार, यह अध्ययन न केवल विदिशा जिले की सहरिया किशोरियों की पोषण स्थिति का आकलन करता है, बल्कि इनके जीवन में सुधार के लिए सामाजिक नीतियों का मार्ग भी प्रशस्त करता है।

सन्दर्भ सूची

1. शर्मा, एन. (2024). ग्रामीण किशोरियों की पोषण स्थिति पर आहार संबंधी आदतों का प्रभाव। *जर्नल ऑफ रूरल हेल्थ एंड न्यूट्रिशन*, 16(1), 88-103।
2. वर्मा, के. (2024). ग्रामीण किशोरियों में कुपोषण और स्वास्थ्य समस्याएँ। *इंडियन जर्नल ऑफ न्यूट्रिशन एंड डाइटेटिक्स*, 61(2), 112-126।
3. यादव, एस. (2024). ग्रामीण किशोरियों की स्वास्थ्य स्थिति पर पोषण पूरकता का क्षेत्रीय अध्ययन। *जर्नल ऑफ कम्युनिटी हेल्थ*, 10(3), 89-102।
4. सिंह, पी. (2024). ग्रामीण किशोरियों में पोषण जागरूकता और व्यवहार में परिवर्तन। *इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रूरल डेवलपमेंट स्टडीज*, 15(1), 34-48।
5. चौहान, एस. (2024). ग्रामीण किशोरियों में पोषण असमानता और सामाजिक कारक। *इंडियन जर्नल ऑफ सोशल रिसर्च*, 58(2), 203-217।
6. पटेल, एन. (2024). ग्रामीण किशोरियों पर स्वास्थ्य और पोषण शिक्षा का प्रभाव। *जर्नल ऑफ न्यूट्रिशन एजुकेशन*, 9(2), 72-86।
7. त्रिवेदी, एम. (2024). ग्रामीण किशोरियों में पोषण सुधार पर सरकारी योजनाओं का प्रभाव। *डेवलपमेंटल स्टडीज जर्नल*, 17(3), 51-65।