

पुलिस कांस्टेबुलरी का स्वास्थ्य एवं पोषण – राजस्थान पुलिस का एक अध्ययन

जालम सिंह

हैड कांस्टेबल नं. 89 ,राजस्थान पुलिस, जैसलमेर, शोधार्थी – लोक प्रशासन इग्नू , नई दिल्ली-110068

सारांश

किसी देश की पुलिस कांस्टेबुलरी का स्वस्थ होना उस देश की शांति एवं स्थायित्व के लिए बेहद आवश्यक है क्योंकि स्वस्थ पुलिस कांस्टेबुलरी ही कार्य निष्पादन व उत्पादकता में सहभागी बन सकती है। इसी परिप्रेक्ष्य में राजस्थान पुलिस कांस्टेबुलरी का स्वास्थ्य एवं पोषण का विषय अपने आप में एक समकालीन सरोकार का विषय है। राजस्थान पुलिस प्राधिकारियों द्वारा अपनी कांस्टेबुलरी के लिए कई अभिनव पहले शुरू की है जिसमें राजस्थान पुलिस अकादमी ,जयपुर एवं शिप्रापथ पुलिस थाना ,जयपुर की पहले प्रमुख है। अन्य प्रयासों में पुलिस प्रशिक्षण में योग एवं व्यायाम गतिविधियों का शामिल किया जाना तथा पोषण भत्ते का वेतन के अलावा प्रावधान किया जाना शामिल है। वर्तमान में श्रीमान् महानिदेशक पुलिस , पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य के लिए प्रतिबद्ध है। वर्तमान में समाजों में बढ़ती जटिलताएँ पुलिस कांस्टेबुलरी से कई अपेक्षाएँ कर रही है। आज पुलिस को लोगों की सेवा करनी है। माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी का स्मार्ट पुलिसिंग का मॉडल पुलिस से संवेदनशील , जवाबदेय एवं नागरिकों –उन्मुखी एवं टेक्नोसेवी पुलिसन की माँग करता है। साथ ही संयुक्त राष्ट्र संघ की सतत विकास लक्ष्यों की अवधारणा का सरकारों द्वारा अनुसमर्थन किया है। इन सभी अवधारणाओं के प्रकाश में पुलिस कांस्टेबुलरी को अपनी इच्छाशक्ति से अपना स्वास्थ्य बेहतर बनाने के लिए धूम्रपान एवं मद्यपान जैसी बुराईयों से निजात पाना है। पुलिस प्राधिकारियों को भी पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य एवं पोषण में सुधार के लिए उनके वेतन एवं पोषण भत्ते में वृद्धि किया जाना अपेक्षित है। ताकि हमारी पुलिस स्वस्थ पुलिस कहला सके।

की वर्ड्स – कांस्टेबुलरी, स्वास्थ्य एवं पोषण , स्मार्ट पुलिसिंग , टेक्नोसेवी , सतत विकास ।

प्रस्तावना

समस्त पुलिस बल का 87 प्रतिशत भाग पुलिस कांस्टेबुलरी का है जिसमें कांस्टेबल एवं हैड कांस्टेबल रैंक के कार्मिक आते है। आज पुलिस कांस्टेबुलरी की भूमिका सड़कों पर सर्वाधिक दिखाई देने वाली तथा जनता की खुशी एवं संकट की हर घड़ी में सहभागिता निभाने वाली हो गई है। साथ ही जनता से सरकार के प्रतिनिधि के तौर पर सर्वप्रथम संपर्क में आती है। राष्ट्रीय पुलिस आयोग ने इनकी सड़कों पर सौम्य उपस्थिति को बहुत ही जरूरी बताया है। आज पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य को धूम्रपान एवं

शराब का अत्यधिक सेवन जैसी स्थितियाँ से मधुमेह, उच्च रक्त दाब का खतरा उत्पन्न हो जाने से पुलिस की कार्य क्षमता एवं छवी को भारी क्षति पहुँची है। इसलिए, पोषाहार वर्तमान तथा भावी पुलिस कांस्टेबुलरी की उत्तरजीविता, स्वास्थ्य तथा विकास के लिए अत्यधिक महत्त्वपूर्ण हैं। इसी परिप्रेक्ष्य में पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य एवं पोषाहारीय स्थिति का अध्ययन अपने आप में समकालीन सरोकार का विषय है। तथा लेखक की इस विषय चयन के प्रति यह रुची रही है कि भारतीय पुलिस लम्बे समय तक 1861 के अधिनियम से अभिशाषित रही है तथा साथ ही इस तथ्य से भली भाँति अवगत है कि कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य एवं पोषण को उनकी सामाजिक, मानसिक एवं आर्थिक स्थिति भी प्रभावित करती

है। तथा साथ ही यह विषय संयुक्त राष्ट्र सतत विकास लक्ष्यों की प्राप्ति हेतु पुलिस विभाग के प्रयासों से प्रेरित है। इसी परिप्रेक्ष्य में प्रस्तुत आलेख में सर्वप्रथम स्वास्थ्य एवं पोषण का महत्त्व, पोषण के आवश्यक घटक एवं अनुषंगी घटकों का विवेचन प्रस्तुत कर तत्पश्चात् राजस्थान पुलिस के पोषण एवं स्वास्थ्य सुधार के प्रयासों की विवेचना प्रस्तुत की गई है।

स्वास्थ्य एवं पोषण का महत्त्व

पुलिस कांस्टेबुलरी हमारे समाज के सुरक्षा तंत्र की रीढ़ है। इनका स्वास्थ्य एवं पोषण अपने आप में एक महत्त्वपूर्ण पक्ष है। पोषण के महत्त्व के संबंध में हरित क्रांति के जनक एम. एस. स्वामीनाथन का कथन है कि "हरित क्रांति के बाद अब देश में पोषण क्रांति की आवश्यकता है"। चरक संहिता में भी पोषक तत्वों की विवेचना की गई है। स्वस्थ जीवन अमूल्य निधि है। J.F. William ने स्वास्थ्य के विषय में लिखा है कि "स्वास्थ्य वह गुण है जो मनुष्य को दीर्घायु तथा अधिक समय तक क्रियाशील बनाये रखता है।" जहाँ तक मेरी सोच है कि पुलिस कांस्टेबुलरी में पुलिस शब्द की हम जो सही अर्थों में मंशा रखते हैं वह तब पूरी तरह से संभव है जब कांस्टेबुलरी में उत्तम स्वास्थ्य की मौजूदगी हो। उनकी खान-पान की आदतें भी स्वस्थ हो। तथा वे पूर्णतया मद्यपान, धूम्रपान जैसी आदतों से मुक्त हो। साथ ही उनका पोषाहार पोषक तत्वों जिसमें कार्बोज , प्रोटीन , वसा , विटामिन , खनिज लवण एवं जल युक्त हो। साथ ही यह तथ्य सर्वविदित है कि पोषाहारीय स्थिति को अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर राष्ट्रीय विकास का संसूचक माना जाता है। पोषण विकास प्रक्रिया का निवेश भी है और परिणाम भी। कामगारों का स्वास्थ्य और सुपोषित होना सफल आर्थिक एवं सामाजिक विकास की पहली शर्त है और इस प्रकार खाद्य सुरक्षा , पोषण , स्वास्थ्य एवं साफ-सफाई विकास संबंधी सभी क्षेत्रों का दायित्व है। पुलिस

में महिलाओं की भागीदारी को 33 प्रतिशत तक बढ़ाने का जो सरकार ने आदेश दिया है जिससे महिलायें विभिन्न पृष्ठभूमि के क्षेत्रों से आती हैं। जिनमें उनका रहन सहन , खान -पान , शिक्षा एवं स्वास्थ्य मानसिक रूप से उनकी दशा को प्रभावित करता है।

आवश्यक पोषक तत्व

कार्बोहाइड्रेट्स -ऊर्जा के मुख्य स्रोत है और ऊर्जा के लिए ईंधन का काम करते हैं। यह मोटापे को कम करता है। शक्कर , गुड़ , शहद , ब्रेड , ग्रेन , पास्ता ,आलु , चावल इसके मुख्य स्रोत हैं।

प्रोटीन - यह मांसपेशियों के विकास के लिए जरूरी है। दाले मांस , मछली , अण्डा , इत्यादी इसके मुख्य स्रोत हैं।

विटामिन एवं खनिज - विटामिन मोटापे को नियंत्रित करता है। खनिज हड्डियों एवं दाँतों को मजबूती प्रदान करने के साथ-साथ नर्वस तंत्र को नियंत्रित करते हैं। दैनिक आहार में कैल्शियम की हम सभी को आवश्यकता होती है। दूध तथा इसके उत्पाद जैसे पनीर ,दही , लस्सी छाछ , हरी पत्तेदार सब्जियाँ पालक मेथी ,कड़ी पत्ता एवं हरा धनियाँ कैल्शियम के प्रमुख स्रोत हैं।

पानी - पानी हरेक के लिए जरूरी है। यह शरीर में व्यर्थ उत्पादों को बाहर निकालने का काम करता है। तथा शरीर के तापमान को नियंत्रित करता है।

पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य के लिए उक्त पोषक तत्वों का समावेश अपने आहार में होना

अनिवार्य है।

पुलिस कांस्टेबुलरी में मोटापा एवं कोरोनरी धमनी रोग की समस्या

पुलिस कांस्टेबुलरी में मोटापा एवं कोरोनरी धमनी रोग की समस्या भी अपने आप में एक चिंतनीय

विषय है। जिसके निराकरण के लिए वर्ष 2004 में प्रस्तावित "रूल ऑफ 80"

जिसे नये प्रमाण के साथ रूपांतरित किया गया है जो भारतीय आयुर्विज्ञान परिषद् , नई दिल्ली की पत्रिका में प्रकाशित किया गया है । जिसे अग्र

तालिका संख्या 1 के द्वारा दर्शया गया है, के अनुसार पुलिस कांस्टेबुलरी में मोटापा एवं कोरोनरी धमनी रोग की समस्या को दूर करने के लिए पुलिस प्राधिकारियों द्वारा निर्देश दिए जा सकते है।

तालिका 1

कोरोनरी धमनी रोग के लिए 80 का नियम

संभावित खतरे	संस्तुत स्तर
फास्टिंग ब्लड शुगर	80 mg /dl
डायस्टोलिक ब्लड प्रेशर	80 mm hg
LDL कोलेस्टेरोल	80 mg /dl
कमर का घेरा	80 cm
एस्पिरिन	80 mg / day
एटोवास्टैटिन	80 mg / day
पैदल चलना	80 km / month
LDL- (लो डेंसिटी लाइपोप्रोटीन)	

स्रेत – आई सी एम आर पत्रिका जनवरी –फरवरी , 2016

राजस्थान पुलिस कांस्टेबुलरी का स्वास्थ्य एवं पोषण

राजस्थान का अपना समृद्ध इतिहास रहा है। राज्य की विशेष भौगोलिक , आर्थिक , सामाजिक एवं सांस्कृतिक पृष्ठभूमि है। इसी कड़ी में राजस्थान पुलिस का अपना गौरवशाली इतिहास एवं परम्परा रही है। राजस्थान पुलिस का गठन देशी रियासतों की पुलिस को शामिल कर किया गया है। राजस्थान पुलिस ने अपनी स्थापना के पश्चात् अपनी कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य , पोषण एवं कुशलक्षेम के लिए कई अभिनव पहलें शुरू की है जो निम्न प्रकार है-

पुलिस प्रशिक्षण पाठ्यक्रम में आउटडोर गतिविधियों का समावेश- भारत सरकार द्वारा पुलिस प्रशिक्षण पर गठित गोरे कमेटी एवं पुलिस अनुसंधान विकास ब्यूरो , नई दिल्ली की सिफारिशों के अनुसरण में पुलिस प्रशिक्षण पाठ्यक्रम में आउटडोर गतिविधियों का समावेश किया गया है। श्रीमान् पुलिस महानिदेशक के

स्थायी आदेश के अनुसरण में पुलिस प्रशिक्षण केन्द्रों एवं पुलिस लाईन्स में प्रतिदिन पी.टी., परेड का आयोजन किया जा रहा है। पुलिसकर्मियों के स्वास्थ्य की बेहतरी के लिए पुलिस प्रशिक्षण केन्द्रों में खेलकूद गतिविधियाँ आयोजित की जा रही है। सोमवार एवं शुक्रवार को योगाभ्यास करवाया जा रहा है। परिणामस्वरूप राजस्थान पुलिस कांस्टेबुलरी में बेहतर स्वास्थ्य परिणाम प्राप्त हुए है।

पुलिस प्रतिष्ठानों में डिस्पेन्सरीज की व्यवस्था- प्रत्येक पुलिस प्रशिक्षण केन्द्र एवं पुलिस लाईन्स में डिस्पेन्सरीज की स्थापना की गई है जिसमें जरूरी चिकित्सा उपकरण एवं रोग निदानात्मक दवाईयों की उपलब्धता सुनिश्चित की गई है। साथ में पर्याप्त कंपाउडर एवं अन्य स्टाफ की नियुक्ति की गई है।

पुलिस लाईन्स में जिम्नेजियम हॉल –प्रत्येक पुलिस प्रशिक्षण केन्द्र एवं पुलिस लाईन्स में जिम्नेजियम हॉल का निर्माण किया गया है ।

हेल्थ रिसोर्स सेंटर एवं हेल्पलाइन – पुलिस कर्मियों की स्वास्थ्य समस्याओं के निराकरण के लिए राजस्थान पुलिस अकादमी, जयपुर के राजकीय चिकित्सालय में रिसोर्स सेंटर एवं हेल्पलाइन की स्थापना की गई है। जिसके टोल फ्री नं.18001806090 है। जिसमें संपूर्ण राजस्थान के पुलिसकर्मी फोन करके अपने स्वास्थ्य के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। वर्तमान में यह रिसोर्स सेंटर पुलिसकर्मियों के व्यवहार एवं स्वास्थ्य पर अध्ययन करना, शारीरिक एवं मानसिक समस्या हेतु परामर्श, तनाव से मुक्ति हेतु सलाह, किसी रोग विशेष में रखे जाने वाले परहेज हेतु परामर्श, व्यसन से छुटकारा पाने हेतु उचित परामर्श एवं निजी अस्पतालों में ईलाज एवं पुनर्भरण हेतु प्रक्रिया की जानकारी इत्यादी विषयों पर कार्य कर रहा है। इस रिसोर्स सेंटर का ध्येय वाक्य “हमारा ध्येय स्वस्थ पुलिस” है।

पुलिस कर्मियों के लिए स्वच्छ शौचालयों का निर्माण – प्रत्येक पुलिस प्रशिक्षण केन्द्र एवं पुलिस लाईन्स में पुलिस कर्मियों के लिए स्वच्छ शौचालयों का निर्माण किया गया है। थानों में भी महिला एवं पुरुष पुलिस कर्मियों के लिए अलग-अलग स्वच्छ शौचालयों का निर्माण किया गया है।

राजस्थान पुलिस अकादमी, जयपुर की टोबेको फ्री वर्क प्लेस पॉलीसी – एक केस अध्ययन

यह कार्यक्रम राजस्थान पुलिस अकादमी, जयपुर के पुलिस कर्मियों के लिए शुरू किया गया। जिसका उद्देश्य तंबाकू मुक्त वातावरण तैयार करना था। सर्वप्रथम तंबाकू खाने वाले पुलिस कर्मियों का सर्वे किया गया। अमेरिकन कैंसर सोसायटी के डॉ. राकेश गुप्ता के निर्देशन में यह कार्यक्रम शुरू किया गया। इन्होंने पुलिसकर्मियों को चिकित्सकीय परामर्श दिया। शीघ्र ही पुलिसकर्मियों ने तंबाकू की आदत छोड़ दी और 31 मई, 2008 को नो टोबेको डे के अवसर पर

राजस्थान पुलिस अकादमी “टोबेको फ्री जोन” घोषित की गई।

बेहतर पोषण के लिए पुलिस प्रतिष्ठानों में स्वच्छ रसोई गृहों का निर्माण – पुलिस विभाग के प्रत्येक प्रशिक्षण केन्द्र, लाईन्स एवं थाना स्तर पर पुलिस कांस्टेबुलरी के बेहतर पोषण के लिए स्वच्छ रसोई गृहों का निर्माण किया गया है।

शिप्रापथ पुलिस थाना जयपुर के मैस में सुधार की पहल – एक केस अध्ययन

शिप्रापथ पुलिस थाना जयपुर के एस. एच. ओ. द्वारा पुलिस कर्मियों के मैस में बेहतर सुधार की पहल करते हुए पुलिस थाने के मैस में सुबह के नाश्ते में फल, फलों का रस, अनाज के व्यंजन जिसमें खीर, खीचड़ी, दूध, अंकुरित चना, चावल का भात एवं दलिया को पर्याप्त मात्रा उपलब्ध करवाया गया तथा सुबह एवं शाम के भोजन में आटे का हलवा, दाल, पालक, कढ़ी, दही, हरी सब्जियाँ, चक्की से ताजा पीसे गये गेहूँ के आटे की रोटी, चावल, देशी घी तथा टमाटर, ककड़ी की सलाद सर्वसुलभ करवाई गई। तथा दिन में ही आवश्यकतानुसार मैस में ही चाय बनाकर कर्मियों को दी जाने लगी। इस पौष्टिक आहार से मैस की गुणवत्ता में भारी सुधार हुआ। जब आल्टस ग्लोबल अलायंस नामक अंतरराष्ट्रीय स्वयं सेवी संस्था के प्रतिनिधियों ने पुलिस थाने की सुविधाओं का अवलोकन किया तब पुलिस थाने के मैस की गुणवत्ता बेहतर पाई गई। 5 अप्रैल, 2007 को पुलिस थाना शिप्रापथ को विश्व का सर्वश्रेष्ठ पुलिस थाना घोषित किया गया।

राजस्थान पुलिस के रसोई गृहों में प्रति व्यक्ति आहार पैमाने का निर्धारण

पुलिस विभाग के प्रत्येक प्रशिक्षण केन्द्र, लाईन्स एवं थाना स्तर पर पुलिस कांस्टेबुलरी के बेहतर पोषण के लिए प्रति व्यक्ति प्रतिदिन आहार पैमाने

का निर्धारण किया गया है जिसे अग्र तालिका संख्या 2 में निम्न प्रकार दर्शाया जा सकता है।

तालिका 2

पुलिस के रसोई गृहों में प्रति व्यक्ति आहार पैमाने का निर्धारण

आईटम	मात्रा
आटा	335 ग्राम
आटा	260 ग्राम चावल बनने पर
दाल	30 ग्राम
तेल सरसों	18 ग्राम
हरी सब्जी	165 ग्राम
मिर्ची	05 ग्राम
धनिया	04 ग्राम
हल्दी	01 ग्राम
जीरा	1/4 ग्राम

स्रोत – पुलिस लाईन जैसलमेर के मैस में संधारित रजिस्टर से लिया गया है।

पुलिस के रसोई गृहों में भोजन की मात्रा एवं आवश्यक कैलोरी का निर्धारण

श्रीमान डीजीपी राजस्थान पुलिस के आदेशानुसार स्वस्थ मनुष्य के लिए प्रतिदिन 3000 कैलोरी भोजन के माध्यम से उपलब्ध कराया जाना आवश्यक है। जिसमें उचित मात्रा में कार्बोहाइड्रेट,

वसा, प्रोटीन, खनीज एवं विटामिन उपलब्ध होने चाहिए। पुलिस जवानों को अग्रांकित तालिका संख्या 3 के अनुसार प्रतिदिन भोजन उपलब्ध कराने की व्यवस्था की जा रही है ताकि उन्हें पौष्टिक भोजन उपलब्ध हो सके।

तालिका 3

पुलिस के रसोई गृहों में भोजन की मात्रा एवं आवश्यक कैलोरी का निर्धारण

क्र.सं.	आईटम	मात्रा	कैलोरी
1	आटा	520 ग्राम	1705
2	दाल मिक्स	60 ग्राम	210
3	तेल सरसों	36 ग्राम	340
4	हरी सब्जी	330 ग्राम	170
5	हल्दी	2 ग्राम	40

6	धनिया	4 ग्राम	40
7	मिर्ची	---	---
8	लसन	---	---
9	चावल	60 ग्राम	202
10	दूध	100 ग्राम	66
11	देशी घी	9 ग्राम	81
12	चीनी	22 ग्राम	80
13	फल/दूध/डेयरी निर्मित वस्तुएँ	-----	100
14	योग	3034	

स्रेत – श्रीमान् महानिदेशक राजस्थान पुलिस , जयपुर के पत्र क्रमांक 14570 दिनांक 20 फरवरी , 2007 के अनुसरण में श्रीमान् अतिरिक्त महानिदेशक आयोजना एवं कल्याण द्वारा दिनांक 16 जनवरी ,2008 को जारी आदेश ।

पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य एवं पोषण में सुधार हेतु सुझाव

1. पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य के लिए खेलकूद ,व्यायाम एवं योग इत्यादि गतिविधियों को बढ़ावा दिया जाना चाहिए। शारीरिक स्वास्थ्य के लिए नियमित व्यायाम एवं विश्राम दोनों ही आवश्यक है। पुलिस कांस्टेबुलरी को फास्ट फूड से परहेज रखना चाहिए। साथ में धूम्रपान एवं मद्यपान जैसी बुरी आदतों से दूर रहना चाहिए।

2. पुलिस प्रतिष्ठानों के रसोई गृहों में जैविक खेती के माध्यम से उत्पन्न एवं भारतीय कृषि अनुसंधान संस्थान द्वारा विकसित उन्नत पोषण युक्त फसलों जैसे गेहूं ,चना ,मसूर ,गाजर , सब्जी हेतु सरसों तेल इत्यादि की किस्में ही प्रयोग में ली जानी चाहिए। कीटनाशक छीड़के हुए गेहूं के कट्टों का प्रयोग नहीं करना चाहिए।

3. पुलिस प्रतिष्ठानों के रसोई गृहों में भोजन पकाने के एवं खाने के बर्तन अच्छी तरह से साफ किये जावे तथा साफ साफई का पूर्ण ध्यान रखा जावे।

4. मैस में भोजन पकाते समय एवं वितरण करते समय भोजन के बर्तन ढक कर रखे ताकि जीव-जन्तु भोजन में न गिरे।

5. मैस के आस-पास किसी प्रकार की गंदगी अथवा गंदा पानी एकत्रित न हो ,जिससे कि भोजन के प्रदूषित हाने की संभावना उत्पन्न हो सके।

6. भोजन का वितरण करने से पूर्व भोजन को मैस इन्चार्ज या मेंबर द्वारा चखकर एवं उचित गुणवत्ता हाने पर ही वितरित किया जावे।

7. पुलिस अधीक्षक/ रिजर्व इन्स्पेक्टर/हवालदार मेजर का यह कर्तव्य होगा कि वे समय-समय पर मैस का आकस्मिक निरीक्षण कर यह सुनिश्चित करेंगे कि कांस्टेबुलरी को आहार निर्धारित मानक के अनुसार उपलब्ध करवाया जा रहा है।

8. भोजन पकाने का पानी स्वच्छ पेयजल स्रोत से प्राप्त किया जाना चाहिए।

9. मैस में यथा संभव चक्की का ताजा पीसा गेहूं का आटा , हल्दी ,मिर्च मसालों का उपयोग किया

जाना चाहिए साथ में आई. एस. आई एगमार्क युक्त खाद्य पदार्थों का उपयोग किया जाना चाहिए। महिने में एकबार भोजन का नमूना चैक अप के लिए भेजा जाना चाहिए।

10. महिने के अंत में राशन खरीद की एक संक्षिप्त ऑडिट होनी चाहिए जिसमें पुलिस कांस्टेबुलरी द्वारा निर्वाचित दो निष्पक्ष एवं ईमानदार सदस्य होने चाहिए।

11. पुलिस कांस्टेबुलरी को वर्तमान में देय 1600 रुपये मैस भत्ते की राशि को बढ़ाकर 2500 रुपये की जानी चाहिए।

निष्कर्ष

आज पुलिस कांस्टेबुलरी के कार्य का समय अनिश्चित होने, पर्याप्त नींद के अभाव में थकावट के कारण बीड़ी, सिगरेट, शराब का सेवन जैसी परिस्थितियाँ पुलिस कांस्टेबुलरी में अस्वास्थ्यवर्द्धक वातावरण को बढ़ावा दे रही है। परन्तु पुलिस कांस्टेबुलरी का स्वास्थ्य एवं पोषण का विषय वर्तमान पुलिस कार्य निष्पादन क्षमता से जुड़ा हुआ है। वर्तमान में सरकारों की जनता को शत प्रतिशत पुलिस सेवाएँ देने की महत्ती जरूरत एवं संदर्भ

माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की स्मार्ट पुलिसिंग की अवधारणा आमजन को पुलिस द्वारा ग्राहक मानकर सेवा देने की है। इसी कड़ी में पुलिस कांस्टेबुलरी के कार्य के घंटे सुनिश्चित करना अर्थात् 8 घंटे की ड्यूटी इस मॉडल की महत्वपूर्ण विशेषता है जो माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी का पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य के प्रति चिंता का स्पष्ट संकेत है। हालांकी राजस्थान पुलिस कांस्टेबुलरी के स्वास्थ्य एवं पोषण के संबंध में जो प्रयास किए गये हैं वे हमारे संविधान एवं सरकार के सामाजिक सरोकारों का प्रतिनिधित्व करते हैं। परन्तु पुलिस प्राधिकारियों द्वारा अपने बुद्धिमतापूर्ण परामर्श से पुलिस कांस्टेबुलरी को स्वास्थ्य एवं पोषण के प्रति जागरूक करना एवं उनके वेतन एवं पोषण भत्ते में वृद्धि करना वर्तमान समय की महत्ती जरूरत है। इसी कड़ी में प्रति वर्ष गृह विभाग द्वारा अपने बजट में पोषण भत्ते में वृद्धि की जाती रही है। इसके पीछे पुलिस प्राधिकारियों की यह मंशा रही है कि उस राशि को एक निश्चित मानक पर महंगाई में वृद्धि के अनुपात तक पहुँचाया जा सके।

- श्रीमान् महानिदेशक राजस्थान पुलिस, जयपुर के पत्र क्रमांक 14570 दिनांक 20 फरवरी, 2007 के अनुसरण में श्रीमान् अतिरिक्त महानिदेशक आयोजना एवं कल्याण द्वारा दिनांक 16 जनवरी, 2008 को जारी आदेश।
- भारत का राजपत्र असाधारण भाग-1-खण्ड -1 नई दिल्ली, सोमवार मार्च 17, 2008 महिला एवं बाल विकास मंत्रालय (खाद्य एवं पोषण बोर्ड), नई दिल्ली।
- पुलिस विज्ञान, अप्रैल - जून, 2008, पुलिस अनुसंधान एवं विकास ब्यूरो, नई दिल्ली।
- जया शर्मा (2013), पुलिस तंत्र के पोषण भत्ते पर आधारित खान पान व्यवस्था का अध्ययन करना एवं शारीरिक स्वास्थ्य की उन्नति हेतु सुझाव देना, वीर बहादुर सिंह पूर्वान्चल विश्वविद्यालय, जौनपुर की गृह विज्ञान में पी.एच.डी. की उपाधि हेतु प्रस्तुत शोध - प्रबंध।
- राजस्थान पुलिस अकादमी न्यूज लेटर, अप्रैल - जून, 2015
- आई सी एम आर पत्रिका वर्ष 30, अंक - 1 एवं 2, जनवरी - फरवरी, 2016, भारतीय आयुर्विज्ञान परिषद्, नई दिल्ली।
- योजना, फरवरी 2016

वेबसाइटस

1. <http://darp.gov.in>
2. <http://bprd.nic.in>
3. <http://icmr.nic.in>
4. <http://wcd.nic.in>
5. <http://home.rajasthan.gov.in>
6. <http://shodhganga.inflibnet.ac.in/>

RESEARCH CHRONICER