

В свое время редакция Российского журнала, эндокринологии, диабетологии и метаболизма (РЖЭДМ) РДА отдельно обсуждала поднятую профессором Яном Татонем тему «Ожирение как психическая болезнь», где избыточное потребление пищи рассматривалось как разновидность наркотиков. Эта дискуссия не стихла до сих пор. Профессор Радгерского университета, США Шарлотта Марки предлагает рассматривать орторексию или правильный аппетит (непреклонное стремление к правильному питанию) как психическое расстройство, также как булимию (повышенный аппетит) и анорексию (избыточное ограничение питания). Орторексией страдают 81,8% оперных певцов Турции, 86% преподавателей йоги из Испании, 12,8% диетологов из Австрии. Люди с орторексией ограничивают свой круг общения, снижают спектр социальных взаимодействий, т.к. не могут присутствовать в компаниях с обильным застольем. При отклонениях от диеты у этих людей возникает чувство вины. Последовательное соблюдение диеты вызывает чувство избранности и превосходства.

Редакция РЖЭДМ считает, что ценность питания должна соответствовать уровню физической активности и благоприятному уровню психологического комфорта и самовосприятия. Нужно достигать равновесия в удовлетворенности формой и размерами тела и уровнем удовлетворенности от принятой пищи.
"... Лучше не ешь ничего ты, чем ешь, что попало..."- Омар Хайам.