

La diferencia respecto a los otros trastornos de la conducta alimentaria está en que, mientras que en la anorexia y la bulimia el problema gira en torno a la cantidad de comida, en la ortorexia gira en torno a la calidad.

Aunque todavía no están lo suficientemente contrastados, ya existen algunos criterios diagnósticos para la ortorexia:

- a) Dedicar más de 3 horas al día a pensar en su dieta sana.
- b) Preocuparse más por la calidad de los alimentos que del placer de consumirlos.
- c) Disminución de su calidad de vida conforme aumenta la pseudocalidad de su alimentación.
- d) Sentimientos de culpabilidad cuando no cumple con sus convicciones dietéticas.
- e) Planificación excesiva de lo que comerá al día siguiente.
- f) Aislamiento social provocado por su tipo de alimentación.