

**Eat Better Smile Bigger Social Media Captions:**

In English:

Brushing and flossing each day and going to the dentist regularly are important for a healthy smile. What we eat and drink is important for good dental health. Choose water over sugary drinks, and eat a balanced diet to help prevent tooth decay.

Follow @calfreshhealthyliving for more healthy food tips and visit SmileCalifornia.org to learn more about oral health!

**Use the hashtags: #SmileCalifornia**

In Spanish:

Cepillarse los dientes y usar hilo dental todos los días e ir al dentista regularmente son importantes para una sonrisa saludable. Lo que comemos y bebemos es importante para una Buena salud dental. Elija agua en lugar de bebidas azucaradas y coma una dieta equilibrada para ayudar a prevenir la caries dental.

Siga [@calfreshhealthyliving](https://www.instagram.com/calfreshhealthyliving/) para obtener más consejos sobre alimentos saludables y visite SonrieCalifornia.org para aprendar mas sobre la salud bucal.

**Utilize los hashtags: #SonrieCalifornia #SmileCalifornia**